

Shake bananowy z lodami waniliowymi i pomarańczą



DIANA RUSIŁOWICZ



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

1 porcja

banan	1 sztuka (dojrzały)
mleko	100 ml
jogurt naturalny	100 ml
lody waniliowe	50 ml
sok z pomarańczy	30-40 ml
syrop bananowy	

Krusta (opcjonalnie)

sok z pomarańczy	
cukier	

Opcjonalnie

pomarańcza - plastry	1 sztuka
-----------------------------	----------

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Brzeg pucharka/szklanki zamoczyć w soku z pomarańczy, a następnie w cukrze.
(Należy zrobić to delikatnie, aby nie utworzyły się grudki).

Banana - pokrojonego w kawałki i resztę składników umieścić w blenderze.

Całość zmiksować do uzyskania jednolitej konsystencji i przelać do naczynia z krustą.

Napój udekorować plastrem pomarańczy.