

Koktajl bananowo-jagodowy



ALEKSANDRA55



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

jagody	1 szklanka
miód płynny	1 łyżka
czekolada deserowa	1 pasek
banan	2 sztuka
kefir	2 szklanka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Banany rozgniatamy delikatnie widelcem, podobnie postępujemy z jagodami. Owoce mieszamy ze sobą, dolewamy stopniowo kefir/maślanke i miód. Możemy też zmiksować wszystkie składniki blenderem lub w mikserze. Czekoladę siekamy na kawałki, dodajemy d kokotajulu, mieszamy. Koktajl podawać schłodzony lub od razu z kostkami lodu.