

Koktajl bananowo-malinowy



Trudność: ◻◻◻◻◻

Czas przygotowania: 10min , Czas

gotowania: 0min

Całkowity czas: 10min , Porcja: 1

99 Kalorii , **3 g** Cukrów , **3 g** Tłuszczy , **5 g** Białek

Autor: Redaktor

Link: <https://srecepty.pl/koktajl-bananowo-malinowy>

Przygotowanie

Banan pokrój w krążki. Wszystkie składniki koktajlu włóż do miksera i miksuj około pięciu minut. Koktail powinien być dobrze zmiksowany i mieć konsystencję śmietanki.

Składniki

- 1 łyżka lodów (waniliowych)
- 150 ml mleka
- 85 g białego jogurtu
- 1 łyżka miodu
- 1 banan
- 85 g malin

Kategorie

Specjalny dzień, Zwykły dzień, Lato, Owoce, Produkty mleczne i jaja, Rodzina, Wizyta

