

Bananowo-awokadowe lody na patyku








 4 porcje  10 minut + 4 godziny

Składniki

- 1 ½ awokado
- 2 banany (ok. 250 g), pokrojone na kawałki
- 200 g śmietanki (może być kokosowa)
- 2 łyżki syropu klonowego
- 1 ½ łyżki nasion chia

Przygotowanie

-  Zamocuj ostrze wielofunkcyjne w kielichu do gotowania.
-  Umieść wszystkie składniki w kielichu do gotowania.
-  Posiekaj.
-  Przelóż do 6 foremek na kostki lodu (ok. 100 ml każda), włóż patyczki i wstaw do zamrażarki na minimum 4 godziny lub na całą noc, aż do zamrożenia.
-  Gotowe do podania! Smacznego!