

Smoothie truskawkowo-bananowe

2 porcje 20 sek.

Składniki

- 1 banan
- szklanka truskawek
- 2 szklanki ulubionego mleka roślinnego lub zwykłego (idealnie smakuje z mlekiem sojowym, waniliowym)
- do smaku: kardamon lub cynamon

Przygotowanie

1 Umieść owoce w naczyniu głównym, zalej mlekiem, dopraw cynamonem lub kardamonem i zmiksuj na gładkie smoothie

20 sek 7