



Koktajl śniadaniowy

 2 porcje

 25 sek.

Składniki

- 2 banany
- suszone daktyle (50g wcześniej namoczonych daktyli we wrzątku)
- mleko roślinne (500ml)
- łyżka masła orzechowego
- łyżka kakao
- 2-4 łyżki płatków owsianych

Przygotowanie



Wszystkie składniki umieszczamy w naczyniu głównym, zalewamy mlekiem i miksujemy na gładkie smoothie



25 sek.



8