



Mleczne smoothie daktylowo-bananowe

 2 porcje

 10 min

Składniki

- 100 g suszonych daktyli (zalanych wrzątkiem)
- 1 banan
- 2 łyżki kakao
- sok z jednej pomarańczy (można ominąć)
- 500 ml mleka roślinnego

Przygotowanie



Zalane wcześniej wrzątkiem daktyle odsączyć z nadmiaru wody i zmiksować na smoothie z pozostałymi składnikami