



Jogurt truskawkowo-bananowy



Składniki

- 30 dag truskawek
- 2 banany
- 500 ml jogurtu naturalnego
- 1 szklanka mleka (250ml)



Przygotowanie

- Umyte i obrane z szypułek truskawki oraz obrane i pokrojone na mniejsze kawałki banany miksujemy blenderem na gładką masę.
- Następnie do masy wlewamy jogurt i mleko.
- Miksujemy wszystko jeszcze 2-3 minuty.
- Podajemy po schłodzeniu.

Smacznego :)

