

Shake z bananami i jogurtem :)



Autor: **lipton43**

Przepisów: 1 Ocena: 3



1-2 os.



15 min



średnie



przystępne

Składniki:

- jogurt owocowy, 1
- banan, 1
- mleko, 1/3 szklanki
- Śmietankowe Lody, 0,5 litra
- czekolada, 1/4 tabliczki

Sposób przygotowania:

- 1 Obieramy banany i wkładamy je do miski . Dodajemy mleko i jogurt .Miksujemy to wszystko blenderem . I odkładamy do lodówki na 7 min .
- 2 Gdy masa bananowa będzie się chłodzić będziemy robić drugą .
- 3 Do miski wkładamy lody i dodajemy startą czekoladę i to wszystko miksujemy .
- 4 Na spód wlewamy bananową masę a na wierzch lodową i posypujemy kakao. Smacznego :)

Twoje notatki do przepisu: