
Banana Milk Shake

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 7052 razy.

Banana Milk Shake

Na dwie porcje potrzeba jest jeden DOJZALY banana. A dojrzały jest wtedy gdy skórka na nim robi się cienka i pokryta jest gęsto czarnymi kropczkami, a miąższ jest miękki ale jeszcze nie czarny. Uwaga: banan obity ma czarne duże plamy a pod nimi czarny miąższ ale nie znaczy że jest on dojrzały.ładnie wyglądające żółtociutkie banany są niedojrzałe i trudno strawne, na milk shake się nie nadają.

Milk shake'i najlepiej robi się w urządzeniu zwanym Liquidizer - to jest taki przezroczysty wysoki pojemnik z małymi nożami na dnie (noże podobne jak w młynku do kawy). Liquidizer jest zwykle dodatkiem do mixerów robotów kuchennych. Banan wsadzamy do mixera i rozbijamy na papkę następnie dodajemy łyżkę cukru, wlewamy 1.5 szklanki zimnego pełnotłustego mleka, nie gotowanego (jeśli takowe w Polsce można w ogóle pić) Można też dodać garstkę lodów waniliowych. Wszystkie miksujemy na najwyższych obrotach aż się dobrze zapieni. Rozlewamy do szklanek i już jest milk shake.

Mozna robić inne wariacje z innymi owocami lub np. z czekoladą w proszku, kakao itp. Miłych eksperymentów.

From: pestka@vosnet.co.uk

Genialne. Lepszego jeszcze nie piłem. Dzięki za przepis. :)

Nadesłał(a): To ja <mich1333@interia.pl> 2006-05-29 16:05:32

Proste i zarabicie dobre!!!!

Nadesłał(a): tynistawa <rukola@gazeta.pl> 2008-11-04 20:11:18

Miażga! :) Zrobiłem to w 5-10 minut :).

Dodałem jeszcze pół banana i trochę mniej mleka - wyszło idealnie :).

Nadesłał(a): michał <!@!.pl> 2011-05-28 18:05:59

WYCZEPISTY dzięki

Nadesłał(a): <Macius0499@gmail.com> 2012-05-07 16:05:48