
Napój bananowy

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2294 razy.

1 kubeczek chudego jogurtu

1/2 filiżanki soku pomarańczowego lub jabłkowego

banan

szczypta świeżo utartej gałki muskatołowej

1-2 kostki lodu (niekoniecznie)

Włóż wszystkie składniki i zmiksuj na jednolitą masę, w ten sposób otrzymasz gęsty, odżywczy napój.