

Smoothie od jagode i banane



težina: **lako**

za: **0** osoba

vreme pripreme: **5** min

Sastojci

Za napitak:

- 1 banana
- **oko 200g** jagoda
- **1 do 2 dl** jogurta sa 0,5% mlecne masti
- led po želji

Priprema

Dobro ohladiti sastojke. Bananu iseckati na vece komade i zajedno sa jagodama i jogurtom samleti u blenderu (možete umesto blendera koristiti i štapni mikser-rezultat je isti). Na kraju dodati led - najbolje mrvljeni, ali mozete staviti i led u kockama. Prijatno!

Savet

Ovaj zdrav i osvežavajući napitak idealan je za letnje dane :-)