Smoothie - jabuka, banana

težina: **lako**

za: **2** osoba

vreme pripreme: **15** min

Sastojci

Potrebno je:

- **2 manje**jabuke
- **2 manje**banane
- **1 kašika**meda
- **1 kašicica**cimeta
- **250 ml**mleka ili jogurta

Priprema

Jakuke oljuštiti, ocistiti, iseci na manje komade i kratko prokuvati u malo vode. Ohladiti. Bananu ocistiti i iseci na kolutove. Možete je staviti i na sat dva u zamrzivac. Staviti u posudu za mucenje. Dodati jabuke, med i cimet. Usuti hladno mleko ili jogurt i mutiti štapnim mikserom ili blenderom.

Sipati u caše i uživati u ukusu!

Savet