

## *Dorucak za šampione*



težina: **lako**

za: **1 osoba**

vreme pripreme: **5 min**

### **Sastojci**

#### **Potrebno je:**

- **2 kašik**emlevenog lana
- **250 ml**jogurta
- **1**banana
- **10**badema
- **1 kašik**kakao praha
- **1 kašicica**cimeta
- **1 kašicica** semenki

### **Priprema**

U odgovarajucoj posudici sjediniti mleveni lan, kakao i cimet, dodati jogurt (lepo promešati), potom dodati kolutove banane, ciu, posuti bademe. Pre jela ostaviti 10-ak minuta. Dorucak za odlican pocetak dana.

### **Savet**

Naravno, umesto banana, može bilo koje vo?e po želji. Jagode su tako?e dobitna kombinacija. Prijatno!