



## Koktajl odżywczy

 smakujmy

Polecane na: [napoje](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

### Warto wiedzieć:

 5 min

 łatwy

 4 porcje

### Składniki:

mleko - 500 ml  
jogurt naturalny - 100 ml

płatki owsiane - 1 garść  
świeże owoce (truskawki, jagody,  
maliny) - 25 dag

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Mleko, jogurt i płatki dokładnie miksujemy. Dodajemy owoce i jeszcze raz krótko miksujemy. Przelewamy do szklanek i podajemy ozdobione owocami.