Lody mango-banan :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **desery**

Warto wiedzieć:

10 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

mrożony banan - 1 szt.
mango mrożone - 1/2 szt.
olej arganowy - 1 łyżeczka

Dodatkowe info:

Pomyślałam, że kupne lody zawsze zawierają w sobie jakiś tłuszcz i się nie dziwie - tłuszcz to przecież nośnik smaku, a także odpowiada za "lepszą" konsystencję tego kremowego deseru. Niestety, tłuszcze w sklepowych lodach to najczęściej tłuszcze utwardzone, nasycone, najgorszej jakości, czyli te które negatywnie wpływają na nasze zdrowie :(Ja natomiast do swoich, domowych lodów dodałam tłuszcz najwyższej jakości i odznaczający się ogromem właściwości zdrowotnych. Tak, tak - chodzi o olej arganowy, marki Bio Planete. Ma on ciekawy, oryginalny smak, różniący się np. od naszego pospolitego oleju rzepakowego. Jednakże to właśnie ten aromat nadał lodom niezwykłego smaku, a ponadto lody nabrały jeszcze lepszej konsystencji niż dotychczas :) Już jedna łyżeczka oleju arganowego na porcję lodów sprawi, że będą one jeszcze lepsze zarówno pod względem smakowym jak i odżywczym :)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Wszystkie składniki zmiksuj na gładziutką masę :) Smacznego ;)