



Mrożone banany z niebieską spiruliną

 Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: [desery](#)

Warto wiedzieć:

 5 min

 1 porcja

Składniki:

mrożone banany - 2 szt.
napój migdałowy - 3/4 szklanka
niebieska spirulina - 2 łyżeczka

dodatki: -
owoce borówki, płatki migdałowe,
słonecznik, siemię lniane -

Sposób przygotowania:

KROK 1: Moim najlepszym sposobem na mrożone banany jest pokrojenie średnio dojrzałego banana w plasterki, włożenie go do woreczka, rozłożenie na płasko i zamrażanie przez 2 godziny.

Wszystkie składniki umieścić w blenderze i zmiksować. Przebrać do misek i posypać ulubionymi dodatkami.