Smoothie bananowo - orzechowe

Szybko Tanio Smacznie

Polecane na: **desery, napoje, śniadanie**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

10 min

łatwy

2 porcje

Składniki:

- banan - 2 szt.
- orzeszki ziemne - garść
- masło orzechowe - 2 łyżka
- mleko roślinne - 300 ml

Sposób przygotowania:

KROK 1: Połączyć wszystkie składniki w blenderze lub malakserze i miksować, aż całość będzie gęsta i gładka. Schłodzić w lodówce przed podaniem lub wrzucić kilka kostek lodu.