Szybkie mrożone smoothie

fit_runner

Polecane na: **desery**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

5 min

łatwy

3 porcje

Składniki:

schłodzone mleko ryżowe - 2 szklanka

miód - 1 i 1/2 łyżka

mrożone truskawki - 500 g

Dodatkowe info:

Póki co nie mamy dostępu do polskich truskawek, a te z importu są drogie, więc zadowalam się mrożonymi. Takie smoothie jest świetne na ochłodę w ciepłe dni. :)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Wszystkie składniki zblendować i nalać do szklanek. :)
(blender musi mieć funkcję kruszenia lodu)