

Lody bananowe z nerkowcami



Autor: **foodmania**

Przepisów: **96** Ocena: **553**



1-2 os.



60 min



łatwe



tanie



Składniki:

- 1 dojrzały banan
- 1 łyżka jogurtu naturalnego
- 1 łyżka orzechów nerkowca

Sposób przygotowania:

- 1 Banana pokroić na plasterki i zamrozić.
- 2 Następnie zamrożonego banana zblendować z jogurtem i nerkowcami na jednolitą masę.

Twoje notatki do przepisu: