

Smoothie

Ca 10 porsjoner

Dette trenger du:

- 10 dl frosne bær (jordbær, bringebær, blåbær)
- 5 dl youghurt (Mild vanilje eller naturell)
- 5 dl eplejuice
- 2 bananer

Slik gjør du:

Alt blandes godt i en blender eller mikser (lages i flere omganger) og serveres i plastbegre med ev lokk og sugerør.

Tips:

Flere oppskrifter på frukt.no

