



SMOOTHIE

Vanilj och maca smoothie med varma bär

Kock: **Madeleine Strandborg** Tid: **15 min** Portioner: **1**



Härlig vaniljsmoothie med varma bär.

INGREDIENSER

Smoothie

2 stycken bananer (frysta)
1 dl kokosmjölk
1 tsk maca pulver
0.5 tsk vaniljpulver
0.5 dl kallt vatten

Varma bär

0.3 dl blåbär
0.25 dl björnbär
1 tsk honung eller agave sirap

GÖR SÅ HÄR

- 1** Skär upp de frysta bananerna i mindre bitar.
- 2** Lägg bananerna, kokosmjölken, vaniljpulver och maca pulver (valfritt, går lika bra utan) i mixern.
- 3** Blanda tills helt slät, tillsätt ev lite kallt vatten tills smoothien har önskad konsistens.
- 4** Värm bären försiktigt i en kastrull tillsammans med honung eller agave sirap.
- 5** Häll upp smoothien i ett glas och varva med de varma bären.

