



Смути купичка с акай бери и горски плодове

🕒 10–15 Минути   

Подготовка

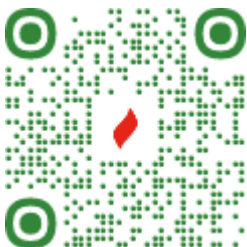
Съставки за 2 Порции

♦ = Kotányi Produkte

2 бр.	Банани, узрели
4 с.л.	Бадемово мляко или овесено мляко
2 ч.л.	Акай бери на прах
2	Чаши пресни плодове (малини, боровинки, къпини)
1 ч.л.	♦ Канела на прах
0.5 ч.л.	♦ Джинджифил, млян

За декорация

1 ч.л.	Чиа семена
1 с.л.	Какаови зърна
3 с.л.	Пресни горски плодове
1 ч.л.	Ленено семе



- 1 Нарежете бананите на малки парченца. Добавете в блендер с 2 чаши горски плодове, акай бери на прах, растително мляко и джинджифил и канела Kotányi.
- 2 Блендирайте старателно, докато се получи пюре с розов/лилав цвят. Ако консистенцията е твърде гъста, добавете още малко от растителното мляко.
- 3 Добавете готовата смес в купа.
- 4 Поръсете семена от чиа, ленено семе и какаови зърна и нарежете пресни горски плодове отгоре.