



Bol de acai cu fructe proaspete

⌚ 10—15 Min. 

Pregătire

- 1 Taie bananele în bucăți mici. Aducă-le într-un blender cu 2 cești de fructe de pădure, pudră de acai, lapte vegetal și amestecul Kotányi Veggy Sweet.
- 2 Amestecă bine până când obții piureul de culoare roz/mov. Dacă piureul este prea consistent, mai adaugă puțin lapte vegetal.
- 3 Aducă compoziția finală într-un bol.
- 4 Apoi decorează cu un topping de semințe de chia, fructe de pădure proaspete, semințe de in și miez de boabe ce cacao.

Ingrediente 2 Porții

♦ = Kotányi Produkte

2 bucată	Banane, coapte
4 lingură	Lapte de migdale sau de ovăz
2 linguriță	Pudră de acai
2	Cești de fructe de pădure proaspete (zmeură, coacăze, mure)
1 lingură	♦ Archive: Veggy Sweet amestec de aseasonare

Pentru topping

1 linguriță	Semințe de chia
1 lingură	Miez de boabe de cacao
3 lingură	Fructe de pădure proaspete
1 linguriță	Semințe de in

