Koktajl borówkowo- bananowy z płatkami owsianymi

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy
Czas przygotowania: 5 min
Liczba porcji: 2
Czas gotowania: 2 min

Użyte akcesoria :

- nóż

Przygotowanie :

Krok 1 - Do kubka wlać 350 g mleka sojowego, wsypać 50 g płatków owsianych, wymieszać. Odstawić, aby płatki zmiękły, w tym czasie przygotować pozostałe składniki.

Krok 2 - W naczyniu miksującym umieścić nóż. Wsypać 60 g borówek amerykańskich, 100 g banana połamanego na mniejsze kawałki, pół obranej ze skórki cytryny, dodać 80 g masła orzechowego oraz wlać z kubka mleko sojowe z namoczonymi płatkami owsianymi.

Krok 3 - Zamknąć pokrywę z zamkniętą zaślepką. Wymieszać. Temperatura 0, czas 25 sekund, prędkość 7.

Krok 4 - Zdjąć pokrywę, zgarnąć wszystko ze ścianek naczynia przy pomocy łopatki, zamknąć pokrywę z zamkniętą zaślepką i ponownie wymieszać. Temperatura 0, czas 20 sekund, prędkość 7.

Krok 5 - Zdjąć pokrywę, koktajl wylać do szklanek. Podawać najlepiej od razu po przyrządzeniu.