

Witajcie!

Dzisiaj przychodzę do Was z propozycją zajęć kulinarnych. Sezon truskawkowy trwa w najlepsze, zatem podzielę się z Wami przepisem na koktajl truskawkowy, który można robić codziennie. Gotowi? Zaczynamy!

Składniki:

- + 0,5 kg truskawek;
- + 0,5 l mleka;
- + 0,5 l kefiru;
- + 4 łyżki miodu;
- + 8 kostek lodu.

Sposób przygotowania:

Truskawki opłuczcie, osuszcie, usuńcie szypułki. Wrzućcie do miski miksera, dodajcie mleko, kefir, miód i lód. Zmiksuj. Podawajcie koktajl udekorowany listkami mięty. Możecie też dodać kulki lodów.

Smacznego!



Grafika: Zasoby Internetu