LINDA BEN

Smoothie íspinnar fyrir krakkana



Eldunartími

15 mín

Erfiðleikastig

Auðvelt

Fjöldi

0

Lýsing

Smoothie íspinnar fyrir krakkana.
Ég er alltaf að leitast eftir góðum leiðum til að koma góðri næringu ofan í krakkana mína. Stundum þá eru þau bara ekki í stuði til að borða eins og þegar þau eru eitthvað slöpp, þá er svo gott að geta gripið í góðar uppskriftir sem ég veit að þau eiga eftir að borða.
Hér höfum við smoothie sem er búið að frysta í íspinnabox, ísinn er mjúkur og afskaplega bragðgóður.

Smoothie íspinnar fyrir krakkana

- Banani
- 2 dl frosin jarðaber
- 1 dl frosin bláber
- 1 dl frosið mangó
- 2 dl Jarðaberja AB-mjólk frá Örnu Mjólkurvörum

Aðferð:

- Blandið öllum innihaldsefnum saman í blandara.
- Hellið í íspinnaform og frystið í 4 klst eða yfir nótt.

Ef þú prófar þessa uppskrift þá þætti mér svo vænt um að heyra frá þér! Skildu eftir skilaboð hér fyrir neðan, eða taktu mynd og merktu mig á Instagram @Lindaben
Fylgistu með á Instagram!
Njótið vel!
Ykkar

Hráefni

—

Leiðbeiningar

1.