

Kávovo-banánové smoothie

Časová náročnost: minut

Seznam přísad

2 ks	zralé banány
2 šálky	vychladlé espresso
250 ml	mléko
2 lžíce	jemné ovesné vločky
1 lžička	kakao
1 až 2 lžičky	med nebo jiné sladidlo
1/2 lžičky	skořice
	několik kostek ledu



Postup přípravy

Banány, vychladlou kávu, mléko, vločky, kakao, skořici a led vložíme do mixéru a rozmixujeme do hladkého krémového smoothie. Ochutnáme a podle sladkosti banánů případně dosladíme medem. Nalijeme do sklenic a ozdobíme kolečky banánu.