

Banánový koktejl s vločkami

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- mléko 1 l
- ovesné vločky 200 g
- banán 3 ks
- med 2 lžíce

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Mixování, mletí

Zařazení: Snídaně

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Nejméně hodinu před přípravou zalijeme ovesné vločky vroucí vodou nebo mlékem. Přikryjeme je a necháme stát.

Banány nakrájíme na kolečka, přidáme k nim vločky, med a zalijeme mlékem. Vše rozmixujeme v koktejl. Můžeme použít mixér nebo kuchyňský robot.

Rozmixovaný banánový koktejl s vločkami ihned podáváme. Podle chuti můžeme koktejl přisladit medem.