

Jahodové osvěžení s kokosem

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- bílý nízkotučný jogurt (500g) 1 kelímek
- med 3 lžíce
- skořice 0.5 lžička
- čerstvé jahody 350 g
- husté kokosové mléko 1 dl
- kokosové plátky 3 lžíce

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Mixování, mletí

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Jahody zbavíme stopek a dobře je omyjeme, rozkrájíme je na kousky a vhodíme do mixéru. Nejdříve je promixujeme.

K jahodám přilijeme velký jogurt, med a skořici. Znovu promixujeme dohladka. Jako poslední vmícháme kokosové mléko - mělo by být bílé a dost husté (zakoupíme i konzervované). Přidáme i kokosové plátky. Znovu promixujeme.

Jahodové osvěžení s kokosem ihned rozléváme do sklenic. Ozdobíme jahodou nebo kousky kokosu.

Recept je na 2 porce jahodového osvěžení.