

Banánovo-jahodové smoothie s mátou

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 2

- lístky čerstvá máta 2 ks
- stévie 1 špetka
- čerstvé jahody 16 ks
- banán 2 ks
- **na ozdobu**
- lístky čerstvá máta 2 ks

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Mixování, mletí

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Banány oloupeme a pokrájíme na kolečka. Jahody zbavíme stopek a opláchneme. Lístky máty omyjeme a necháme okapat.

Vše vložíme do smoothie makeru (případně mixéru) a rozmixujeme. Pokud má někdo raději sladší smoothie, nebo pokud jsou jahody kyselejší, přisladíme nápoj špetkou stévie.

Banánovo-jahodové smoothie podáváme ve vyšší sklenici ozdobené lístkem čerstvé máty.