

Špaldový energetický nápoj



Typ receptu
Bezmlaktózový
Veganský



Náročnost
Snadná



Doba přípravy
10 minut



Množství
1 porce

Ingredience:

- 2 lžíce ovesných vloček Bioharmonie
- 1 lžička javorového nebo agávového sirupu Biolinie
- 200 ml špaldového nápoje Isola Bio
- ½ banánu

Postup:

Do vysoké sklenice nalijte špaldový nápoj a přidejte ovesné vločky. Nechte 5 minut odstát. Během této doby vločky změknu. Přidejte na kousky nakrájený banán. Směs tyčovým mixérem rozmixujte. Nápoj nalijte do sklenice, ozdobte čerstvým banánem a můžete podávat.

Tip: Mlsným jazyčkům doporučujeme přidat 1 kávovou lžičku javorového nebo agávového sirupu.