

# Milkshake de banane



Milkshake de banane, cel mai usor si delicios milkshake cu care il rasfat pe Bogdi. De fapt, mai nou si-l face singur, ca e maaare!!!

□

E super usor de facut si iese minunat chiar daca nu aveti in dotare un robot de bucatarie. Tot ce trebuie sa faceti este sa zdrobiti bananele, neaparat coapte bine, sa adaugati un pic de zahar sau miere si sa turnati lapte dupa preferinta.

Noi il consumam intotdeauna consistent, dupa cum veti vedea mai jos...

Iar daca va plac „esentele” clasice, urmati aceasta reteta:  
**Milkshake de vanilie sau ciocolata**

## Ingrediente:

- 3-4 banane coapte
- 50-60 g zahar praf/tos sau 1 lingura miere

- 500-700 ml lapte proaspat

Cateva repere □







Laura Sava



Laura Sara





*Laura Sava*



*Laura Sava*





Laura Sava



*Laura Sava*





*Laura Sava*



*Laura Sava*





*Laura Sava*



Din cate-ati vazut, la blender totul merge super-rapid: le trantiti pe toate inaintu si mixati bine de cateva ori :))  
Se bea imediat, cu pofta mare...si de catre copii si de catre cei mari!