



Beskrivelse

Lad jordbærrene tø op i 5-10 minutter. Blend alle ingredienser sammen til en ensartet masse. Hæld smoothien i glas og server iskold med sugerør.

Ingredienser

100 g frosne jordbær

1/2 banan

1/2 dl græsk yoghurt 2 %

1/2 dl skummetmælk

1/2 tsk. vaniljesukker