

## Banános-zabpelyhes smoothie



Feltöltötte:  
Gerőczy Franciska

### Hozzávalók

1 banán

1 kispoharas light natúr joghurt

2-3 evőkanál zabpehely

Pár szem mandula

## Elkészítés

Az összes hozzávalót turmixgépbe tesszük, majd pohárba öntjük és a tetejét díszíthetjük egy kis mandulával, 1-2 banánszelettel.