

Morgenmads Bowl

Opskrift til 10 personer

INGREDIENSER:

400g Banan i skiver, frossen
500g Hindbær pure frossen
500g Ocean Spray Tranebær Juice
25g Tørsleffs Vanila
500g Græsk yoghurt 10%

Topping forslag:

Ristede Græskarkerner
Tørsleffs Honningristede Solsikkekerner
Tørsleffs Kokosflager
Poppede Ris, gerne med smag
Friske blåbær, hindbær, jordbær, ribs, efter sæson.
Kan toppes med banan i skiver sammen med lidt citronsaft
Kakao nibs

TILBEREDNING:

Skær bananerne i skiver og kom på frost.
Blend alle ingredienserne til cremet.
Fordel i portionsskåle og pynt med forskellig topping i streger.



TIPS

- Kan blendes med andre bær som hindbær, acai, solbær, blåbær eller jordbær.
- Kan anrettes i stor flad skål, og bruges på buffet bord.
- For laktosefri eller vegansk variant, bruges henholdsvis laktosefri yoghurt eller soja yoghurt

