

Smoothie de arándanos

INGREDIENTES

- ARÁNDANOS CONGELADOS 250GR
- PLÁTANO CONGELADO 1 UNIDAD
- MUESLI O GRANOLA 70GR
- YOGUR NATURAL 280GR
- LECHE 250ML
- CANELA 1/2 CF
- CORTEZA DE LIMÓN UNA PIZCA
- ARÁNDANOS FRESCOS AL GUSTO

PREPARACIÓN

- PONER LOS ARÁNDANOS CONGELADOS, EL PLÁTANO, EL MUESLI O LA GRANOLA, EL YOGUR, LA LECHE, LA CANELA Y LA RALLADURA DE LIMÓN EN UNA BATIDORA Y BATIR HASTA QUE ESTÉ SUAVE.
- VERTIR UNIFORMEMENTE ENTRE LOS VASOS DE SERVIR. ESPOLVOREAR CON ARÁNDANOS FRESCOS. SERVIR INMEDIATAMENTE.