

Koktajl truskawkowy na jogurcie

Składniki na 1 porcję

- 1 szklanka truskawek 200 g
- 1 łyżka zmielonego siemienia lnianego 10 g
- 150 g jogurtu
- 20 g masła orzechowego

Wykonanie

Wszystkie składniki zmiksować. Koktajl można przygotować wcześniej i zapakować do słoika. 😊

1 porcja dostarcza 352,4 kcal – ŁG 4