Молочный коктейль с тыквой и бананом

Добавил(а) Оля
12.05.11 01:44 -





Продукты

- Молоко 6% - 150 мл.
- Банан - 1 шт.
- Тыква - 100 гр.
- Сахар - 3 ст.л



Тыкву разрезаем на 4 части, вычищаем семена, запекаем в духовке при температуре 160 градусо

Тыква должна быть мягкой.



Очищенный банан нарезаем кусочками, отделяем мякоть тыквы от кажицы

Кладём в блендер тыкву, бананы, сахар, заливаем тёплым молоком.

Взбиваем в блендере 1-2 минуты.

Добавил(а) Оля
12.05.11 01:44 -



Приятного аппетита!!!

{kunena_discuss:18}