

## Смузи с бананом и ягодами



- 🕒 **Время:**
- 🍷 **Сложность:** простой
- 🍳 **Способ:** сырой рецепт
- 📅 **Сезон:** круглый год
- 🍴 **Назначение:** десерт

### Ингредиенты

- 1 стакан миндального молока (240 мл)
- 1 стакан клубники (150 г) без стеблей
- ½ стакана малины (40 г)
- ½ стакана ежевики (50 г)
- ½ чашки банана (65 г), нарезанного ломтиками
- 1 стакан льда (215 г)

## КАК ПРИГОТОВИТЬ

**Шаг 1.** Добавьте все ингредиенты в блендер и перемешайте на высокой скорости.

**Шаг 2.** Перелейте в миску и положите сверху любимые фрукты и ягоды.

**Наслаждайтесь!**