

Kayısı Kefir Smoothie

Toplam 7 dk

Hazırlama 7 dk · Pişirme 0 dk

2 kişilik

Kolay

~156 kcal

Açılış 13/10

Kayısı kefir smoothie, yaz meyvesini kefirin hafif ekşi yapısınıyla dengeleyen serin ve tok tutan bir içecektir.

Malzemeler

- 4 adet Kayısı
- 250 ml Kefir
- 1 adet Muz
- 1 tatlı kaşık Bal
- 4 küp Buz

Yapılış

1. Kayısıları çekirdeğini çıkarıp temizleyin.
2. Tüm malzemeyi blender kabına alın.
3. Karşılıklı 10 saniye çekip hemen servis edin.

PÜF NOKTASI

Kayısıları çok olgun seçmek ilave şeker ihtiyacı bırakmaz.

SERVIS ÖNERİSİ

Üzerine ince kayısı dilimleri koyarak soğuk servis edin.

Alerjenler

Süt