

- Smoothie de crema de cacahuate y frutos rojos -



INGREDIENTES

1 TAZA DE FRAMBUESAS FRESCAS

1½ TAZAS DE FRESAS FRESCAS

1 TAZA DE MORAS FRESCAS

½ TAZA DE LECHE (PUEDE SER DESLACTOSADA O DE TU PREFERENCIA)

¾ DE TAZA DE YOGURT NATURAL GRIEGO

UN CHORRITO DE VAINILLA MOLINA CRISTALINA

2 CUCHARADAS DE CREMA DE CACAHUATE

1 CUCHARADA DE MIEL

PROCEDIMIENTO

1. EN EL VASO DE UNA BATIDORA, AÑADE LA LECHE Y EL YOGURT NATURAL
2. AGREGA LA TAZA DE FRAMBUESAS, LA TAZA DE MORAS Y LAS FRESAS FRESCAS.
3. ÉCHALE UN CHORRITO DE VAINILLA MOLINA CRISTALINA.
4. VIERTE LA CREMA DE CACAHUATE, LA MIEL Y BATE.
5. SIRVE EN VASOS Y DISFRUTA.