



Bananen-Joghurt-Drink

Zeit gesamt
5min

Zubereitungszeit
5min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Bananen	4 St.
Joghurt, natur	400 g
Honig	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, Pürierstab

1. Bananen schälen und grob würfeln. In einem hohen Gefäß Bananen, Joghurt und Honig fein pürieren.
2. Bananen-Joghurt-Drink auf 4 Gläser verteilen und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	253 kcal
Kohlenhydrate	51 g
Eiweiß	12 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	3 g