



Bananen-Schoko-Shake

Zeit gesamt
10min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Bananen	2 St.
Milch	800 ml
Kakaopulver	1 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, Pürierstab

1. Banane schälen und grob würfeln. In einem hohen Gefäß mit Milch und Kakaopulver fein pürieren. Bananen-Schoko-Shake auf Gläser verteilt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	202 kcal
Kohlenhydrate	30 g
Eiweiß	7 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	7 g