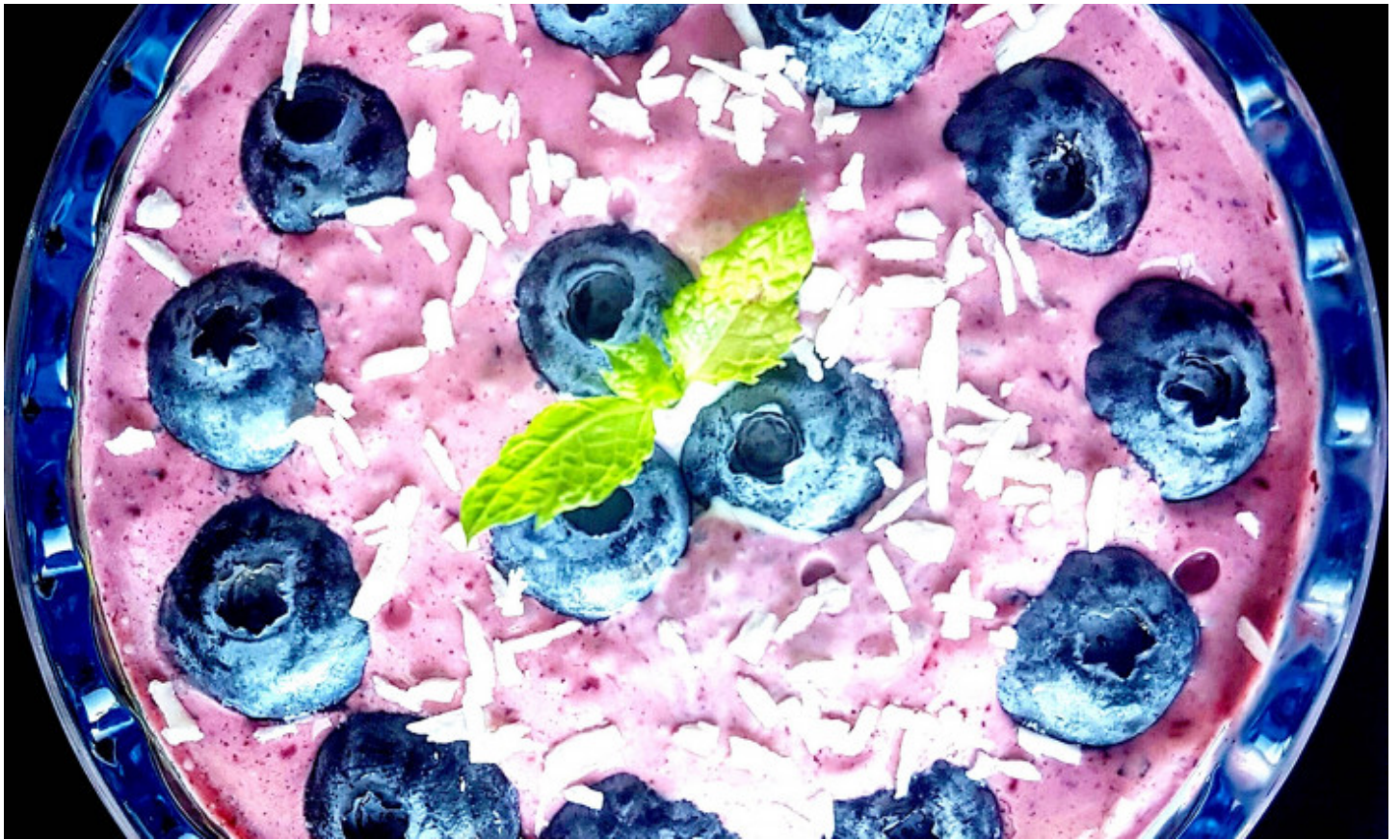




GENERELL

Blåbärssmoothie med acai

Kock: **Camilla Hanve** Tid: **5 min** Portioner: **1**



Perfekt till frukost eller mellanmål om du vill få mycket energi!



INGREDIENSER

1 dl smetana eller crème fraîche
0.5 dl grädde
1 tsk acaipulver
1 krm vaniljpulver
1 dl blåbär, färska eller frysta
kokosflingor eller riven kokos
1 st ev. en skvätt mineralvatten
1 st liten näve blåbär eller andra bär

GÖR SÅ HÄR

1

Blanda ingredienserna i en hög behållare och mixerstav (eller i mixer).

2

Häll eventuellt i en skvätt mineralvatten för lättare och lite bubblig konsistens. Häll över i glas eller skål och toppa med t ex kokos och bär.