DESSERT

Nyttigare glass

Kock: **Sandra Lindberg** Tid: **5 min** Portioner: **1**

5

Här kommer ett superbra alternativ för dig som vill äta nyttigt men inte kan låta bli att frossa i glass då och då!

INGREDIENSER

0.5 stycken frusen banan
1 deciliter frusna hallon
0.5 deciliter frusna blåbär
1 deciliter skuren mango
1 matskedar honung
apelsin eller citronjuice
1 matskedar vatten

GÖR SÅ HÄR

1. Blanda samman alla ingredienserna i en blender - njut!