



NICECREAM BANANA AARDBEI

Dit ontbijt is zoooo lekker, dat je je afvraagt of het past in een dieet! Nou kijk maar naar de ingrediënten, dan zie je het meteen! De basis nicecream is gemaakt van bevroren bananen met een iets beetje (amandel)melk. In principe kun je elk ander bevroren fruit gebruiken om dit 'ontbijt-ijs' van te maken! Het enige wat je wel nodig hebt is een sterke blender of keukenmachine!

Wat heb je nodig?

2 bevroren bananen

5 aardbeien

20 gr cruesli(zie recept, maar kan natuurlijk ook uit een pak)

Hoe maak je het?

Doe de bevroren bananen in een sterke blender of keukenmachine

Meng tot er een glad mengsel ontstaat

Doe er de stukjes aardbei doorheen

schep in een schaalje en doe er een klein schepje cruesli overheen voor een crunchy effect

Geniet!