# MANGO VE HİNDİSTANCEVİZLİ SMOOTHİE

http://www.verita.com.tr

1 adet Verita Yemeye Hazır Mango
5 yemek kaşığı Verita Hindistancevizi (rendelenmiş)
2 su bardağı Hindistancevizi sütü
6 yemek kaşığı chia tohumu
5-6 çorba kaşığı akçaağaç şurubu (ya da bal)
1 tatlı kaşığı vanilya

Bir kapta, hindistancevizi sütü, chia tohumları, rendelenmiş hindistancevizi, akçaağaç şurubu (veya bal) ve vanilyayı birleştirin. İyice karışana kadar çırpın. Karışımı oda sıcaklığında yaklaşık 30 dakika bekletin. Bir kez daha karıştırın, örtün ve en az 3 saat buzdolabında tutun (en iyi sonuç için gece boyunca soğutun). Bir bardağa önce karışımı sonra mangoyu ve tekrar karışımı ilave ederek bardağı doldurun. Mango dilimleri ile süsleyin.



© lezzetler.com tarif no:137517 • adı:Mango ve Hindistancevizli Smoothie • gönderen:tetik • indirme tarihi:28.03.2024 - 11:59