

## Banaan-pindakaas smoothie / Banana-peanutbutter smoothie



### De boodschappen per persoon

- 1 banaan
- 100 ml melk (of yoghurt)
- 1 eetlepel pindakaas
- 1 theelepel honing

optioneel: ijsblokjes naar smaak

**Amerika en pindakaas zijn onverbreekelijk met elkaar verbonden**, zoals in een pindakaas/banaan smoothie, dat is pas lekker!

### Zo maak je ze

Snij een banaan in stukjes en zet hem in de vriezer.

Blitz alle ingrediënten in de blender en voeg eventueel ijsblokjes toe.

### Heerlijk!

## Banaan-pindakaas smoothie / Banana-peanutbutter smoothie



### Shopping list per person

- 1 banana
- 100ml milk (or yogurt)
- 1 tablespoon peanut butter
- 1 teaspoon honey

optional: ice cubes to taste

**America and peanut butter are inextricably linked**, like in a a peanut butter / banana smoothie, that's really tasty!

### Here's how to make one

Cut a banana into pieces and place it in the freezer.

Blitz all ingredients in the blender and add ice cubes if desired.

**Yummy!**