

Winter Smoothie / Winter Smoothie



Boodschappenlijstje

1 banaan

250 ml melk

50 gram Griekse yoghurt

een paar druppels vanille-extract

ahornsiroop of honing, naar smaak

optioneel

125 ml slagroom

1 eetlepel fijne suiker

Zo maak je een Winter Smoothie

Bereid eerst de banaan voor: schil en snij hem in rondjes.

Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat en vries ze een paar uur of een hele nacht in.

Om de smoothie te maken doe je melk, Griekse yoghurt en vanille-extract in een blender.

Neem de stukjes banaan uit de vriezer en doe ze ook in de blender.

Klop alles samen tot het romig en helemaal glad is en proef. Even

Doe er - indien nodig - een beetje ahornsiroop of honing bij om het zoeter te maken.

Giet de smoothies in de bekertjes en garneer ze vlak voor het serveren met slagroom.

TIP! Teken met viltstiften een leuke sneeuwpop op de bekertjes.

Winter Smoothie / Winter Smoothie



Shopping list

1 banana

250ml milk

50g Greek yogurt

a few drops of vanilla extract

maple syrup or honey, to taste

optional

125 ml double cream

1 tablespoon caster sugar

How to make a Winter Smoothie

First prepare the banana – peel and slice it into rounds.

Lay them out on lined baking tray and freeze for a couple of hours or overnight.

To make the smoothie, add the milk, Greek yogurt and vanilla extract to a blender.

Remove the banana pieces from the freezer and add them to the blender too.

Whizz it all together until completely it is fluffy and smooth, then taste.

Add a little maple syrup or honey to sweeten, if needed.

Pour into the prepared cup and, just before serving, top with whipped cream.

TIP! Draw a fun snowman design with marker pens on the cups.