UOGŲ-BANANŲ LEDAI

Receptai - Receptai
Parašė zaliavalgis.lt
Antradienis, 2018 Rugpjūtis 21 20:48



Reikės:
* 1 stiklinės šaldytų bananų;
* 1 stiklinės šaldytų braškių/ juodųjų serbentų ar kitų uogų;
* žiupsnelio Himalajų druskos.

Galimi priedai:
* 1-2 v.š. riešutų sviesto; arba
* 2 v.š. augalinės grietinėlės.

Gaminimas:
Visus ingredientus dedame į Vitamix maisto smulkintuvą ir naudodami grūstuvą sumalame iki vientisos masės. Jei norime patiekti tvirčiau suformuotus ledų rutuliukus, paruoštą masę valandai dedame į šaldiklį.

Skanaus!

Už receptą ir nuotrauką dėkojame: FB "Veganiški receptai"

{JFBCGraph image=https://www.zaliavalgis.lt/images/stories/ledai intikui.jpg}

Atnaujinta Trečiadienis, 2018 Rugpjūtis 22 07:34