

Bananowo-awokadowe lody na patyku



4 porcje

10 minut + 4

godziny

Składniki

- 1 ½ awokado
- 2 banany (ok. 250 g), pokrojone na kawałki
- 200 g śmietanki (może być kokosowa)
- 2 łyżki syropu klonowego
- 1 ½ łyżki nasion chia

Przygotowanie

1

Zamocz ostrze wielofunkcyjne w kielichu do gotowania.

2

Umieść wszystkie składniki w kielichu do gotowania.

3

Posiekaj.

4

Przełóż do 6 foremek na kostki lodu (ok. 100 ml każda), włóż patyczki i wstaw do zamrażarki na minimum 4 godziny lub na całą noc, aż do zamrożenia.

5

Gotowe do podania! Smacznego!