

Domowe lody bananowe

Dodany przez kasia

czwartek, 06 czerwca 2013 21:25 - Poprawiony sobota, 11 stycznia 2014 22:27

Sezon na lody rozpoczął się. Dzisiaj podam prosty przepis na zdrowe lody bananowe.



fot. Kasia Łukasiewicz

Składniki:

W zależności od ilości głodomorów, tyle bananów - 1 banan na paszczę ? im bardziej dojrzałe, tym zdrowsze (bardzo dojrzałe banany, takie z ciemnymi plamkami na skórce zawierają substancję TNF, która zwalcza komórki rakowe, wybierajmy więc jak najdojrzalsze owoce!)

Miód płynny

Cynamon

Domowe lody bananowe

Dodany przez kasia

czwartek, 06 czerwca 2013 21:25 - Poprawiony sobota, 11 stycznia 2014 22:27



Bez cukru i innych dodatków, a smakuje jak prawdziwe lody bananowe. Zrobiłam je z mrożonych banana i kawałka masła. Wskazuję do

Domowe lody bananowe

Dodany przez kasia

czwartek, 06 czerwca 2013 21:25 - Poprawiony sobota, 11 stycznia 2014 22:27



Skaz na bułki
Staszek