

ONTBIJTSHAKE



Vorbereiding : 5 min - **Rusttijd :** - - **Koken :** - - **Materiaal :** -

Ingrediënten : 2 glazen

- 1 handje frambozen - 1/2 banaan - 125 g Bulgaarse yoghurt - 1 glas sinaasappelsap - 1 el honing - 1 handje havermoutvlokken

1. Doe alle ingrediënten in de kom van de blender, te beginnen met de vloeistoffen.

2. Mix 30 seconden op functie "smoothie".

Tip van de chef :

Om 's ochtends vroeg volop energie op te doen.