

Landskrona Direkt och eleverna vid Restaurang Selma presenterar:

## **Banansmoothie** (1 portion)

1 dl       skalad banan i bitar  
1 msk     florsocker  
1 dl       mjölk

Mixa bananen, sockret och mjölken tills allt är blandat. Häll upp i ett glas.

### **Tips:**

Istället: Ta blåbär eller blanda hallon och blåbär. För ökad syrlighet kan man byta ut mjölken mot yoghurt (gärna smaksatt med honung eller vanilj).