



Tekst i zdjęcie: **rafik80** - Srebrny Szef Kuchni (2006)

Koktajl mleczno - owocowy

Mleko i owoce, trzeba coś więcej ?!

idealne dla dzieci

Składniki:

- cukier, 15 g
- owoce, 10 dag
- mleko, 1 szkl.

Sposób przygotowania:

Owoce umyć, osaczyć na sicie. Owoce pestkowe wydrylować, jabłka obrać, pokroić na cząstki, jagody przebrać, porzeczki obrać z szypułek. Do miksera wlać mleko, dodać owoce i cukier, miksować 2–3 min. Jeżeli nie ma miksera, owoce rozgnieść, dodać do mleka i rozbić trzepaczką.

