

Bärsmoothie



 5 min.  147 kcal  SteviaSweet Crystal

Gör så här

Häll alla ingredienser i en mixer och kör tills smoothien är slät.

Ingredienser för 2 - 3 portioner

4 dl	frysta bär (hallon, blåbär, vinbär, lingon, tranbär)
2 dl	naturell yoghurt
1 dl	mjök
2 msk	SteviaSweet Crystal

Näringsvärde per portion

147	kcal
617	kJ
6.5	g Protein
16.5	g Kolhydrater
6	g Fett