



TXIA JOGURTAREKIN ETA BANANA KONPOTAREKIN

OSAGAIK

(4 lagunentzat)
375 gr DANONE jogurt naturala
25 gr txia-hazi CEM PORCENTO
3 banana heldu
35 gr LA GRANJA SAN FRANCISCO ezti
1 koilarakada DUCROS kanela-hauts
Intxaur-eskukada bat

ELABORAZIOA

Txia-haziak dituen jogurta katilu batean jarriko dugu eta pausatzen utziko dugu 10 minutuz, haziak hidrata daitezen.

Bananak zuritu eta sardexka batekin birrinduko ditugu. Eztia eta kanela-hautsa gehitu eta dena ondo nahasiko dugu.

Jogurt- eta banana-geruzak txandakatuko ditugu baso txikietan.

Intxaurrak zatitu eta gainean jarriko ditugu.



PREZIOA
ERTAINA



DENBORA
60'



ZAILTASUNA
8/10



OSASUNGARRIA
9/10