

RECEPTA DE BATUT DE PLÀTAN I KIWI

ÍNGREDIENTS:

1 plàtan madur
1 kiwi groc o verd
100 ml de llet
Sucre
Un raig de llimona

PASSOS:

1. El primer pas és triar la fruita que farem servir.
2. Pelem el plàtan i el trossegem i l'afegim a la batedora.
3. Repetim el procés amb el kiwi, el pelem i trossegem. I l'afegim a la batedora.
4. Afegim a la batedora un raig de llimona i el sucre.
5. Després afegim a la batedora els 100 ml de llet.
6. I batem tota la barreja uns segons fins que es formi una barreja homogènia.
7. I finalment ho servim en un got.

ETIQUETES:

Batut, plàtan, kiwi, saludable.