



SMOOTHIE BOWL de Frutillas y banana

☐ Ingredientes

1 banana congelada

1½ taza de frutillas congeladas

1/2 taza de leche descremada

1/2 de taza de yogurt de vainilla o sin gusto

1 cda de miel

Toppings o coberturas: bananas y frutillas deshidratadas y frescas, semillas de chia.

☐ Colocar todos los ingredientes en una licuadora y mezclar hasta que quede suave. La textura debe ser lo suficientemente gruesa como para comer con una cuchara.

Colocar la preparación en un bowl y decorar con los toppings a gusto. ¡A disfrutar!

Conocé nuestra línea de [LICUADORAS](#)