

Bananen-Milch



Arbeitszeit 20 Minuten



Dieses Zubehör brauchst Du:

- Ein Küchen-Messer
- Ein Küchen-Brett
- Einen Stab-Mixer
- Einen Messbecher
- Einen Esslöffel
- Einen Teelöffel



Diese Zutaten brauchst Du:

- 200 ml Milch mit 1,5 % Fett
- 100 g Joghurt mit 1,5 % Fett
- Eine Dattel ohne Kerne
- Zimt
- Ein Päckchen Vanille-Zucker
- Zucker
- Eine Banane



Die Banane schälen.



Eine halbe Banane in Stücke schneiden.



Die geschnittene Banane in den Messbecher geben.



Eine Dattel in kleine Würfel schneiden.



Die geschnittene Dattel in den Messbecher geben.



200 ml Milch in den Messbecher geben.



Fünf Esslöffel Joghurt in den Messbecher geben



Etwas Zimt in den Messbecher geben.



Ein halbes Paket Vanille-Zucker in den Messbecher geben.



Einen Teelöffel Zucker in den Messbecher geben.



Mit dem Stab-Mixer alles einmal gut pürieren.



Jetzt ist der Joghurt-Bananen-Milchshake fertig.



Nadine und Kristina wünschen viel Spaß beim Ausprobieren.

Tipp: Die Bananen-Milch schmeckt auch ohne Datteln gut.