

BANANA-SPLIT MILCHSHAKE

BANANA-SPLIT MILCHSHAKE

Ich bin kein Kaffee-Trinker, normalerweise gibt es jeden Morgen eine große Tasse Kakao zum Frühstück. So stark, dass der Löffel darin stehen kann. Manchmal bin ich aber in Experimentierstimmung und so ist dieser super cremig leckere Banana-Split Shake entstanden. So mag ich meinen Start in den Tag!



Zutaten für 3 Gläser:

500ml fettarme Milch (kalt aus dem Kühlschrank)

2 EL Mascarpone

2 Bananen

1 Orange

6 EL Schokoraspel

1 Hand voll Pecanüsse

Zubereitung:

Morgens muss es natürlich schnell gehen, also wandern Pecanüsse, Bananen, Milch, Mascarpone, der Saft aus der Orange und die Schokoraspel in den Mixer. Brrrrr-Bzzzzrrrr.... *mix-mix*



Den fertigen Shake auf die Gläser verteilen, die Strohhalm darin versenken und wegschlürfen solange der Banana-Split Milchshake noch schön kalt ist.

Der macht mich locker bis Mittags satt!

