



KOKOSOVÁ LÍZÁTKA

4-6

5-8 minut

alespoň 3 hodiny

Postup

Opatrně otevřete konzervu s kokosovým mlékem, oddělte krémovou část tak, aby tekutá složka zůstala v konzervě. Kokosové mléko vylehejte s banánem a datlemi dohladka.

Jednu polovinu této směsi dejte do mísy. Druhou polovinu společně s jahodami dejte do mixéru a znovu promixujte.

Formičky na ledová lízátka naplňte do poloviny jahodovou směsí. Zbytek dolijte kokosovou směsí. Dejte do mrazáku alespoň na 3 hodiny.

Ingredience

- 1 banán bez lupky
- 4 datle bez pecek, nakrájené
- 100 g jahod bez stopky