



KOKOSOWE LIZAKI

Składniki

Porcje

4-6

Czas przygotowania

5-8 minut

przynajmniej 3 godziny

1 banan, obrany

4 daktyle, pestki i posiekane

Sposób przygotowania

Ostrożnie otwórz puszkę mleka kokosowego i usuń kremową część. Pozostawiając w cieczy wodnisty płyn. Blenduj z bananem i daktylami, aż do uzyskania gładkiej konsystencji.

Wlej powyższą mieszaninę do dzbanka i dodaj truskawki do mieszaniny pozostawionej w blenderze. Ponownie zblenduj.

Wlej mieszaninę z truskawkami do foremek, wypełniając je do około połowy. Dodaj na wierzch drugą mieszaninę z kokosem. Wóć do zamrażarki na co najmniej 3 godziny.