

## Blåbärssmoothie

Naturell Yoghurt

ev även naturell kvarg

Mjök (om det behövs för rätt konsistens)

Blåbär

Honung

Vaniljpulver

eventuella tillägg: ägg, kokos, banan, havregryn, jordgubbar

Häll alla ingredienser i mixen och mixa. Serveras i glas med tjockt sugrör, njut.  
(Bären kan med fördel vara frysta)