

Yaban Mersinli Yoğurtlu Smoothie

Süre: 5 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 5 Dakika
>> **Pişirme Süresi:** Yok
>> **Kaç Kişilik:** 2 Kişilik

Malzemeler:

- 1 su bardağı taze veya dondurulmuş yaban mersini
- 1 su bardağı yoğurt (sade veya vanilyalı)
- 1/2 su bardağı süt (veya badem sütü)
- 1 yemek kaşığı bal veya akçaağaç şurubu
- 1 çay kaşığı vanilya özütü (isteğe bağlı)
- 1/2 su bardağı buz küpleri

Yapılışı:

1. Malzemeleri Blender’a Koyma

- Yaban mersinlerini iyice yıkayın.
- Tüm malzemeleri blender’a ekleyin.

2. Blender’dan Geçirme

- Tüm malzemeleri pürüzsüz hale gelene kadar **1-2 dakika** karıştırın.
- Daha akışkan bir kıvam için biraz daha süt ekleyebilirsiniz.

3. Servis

- Smoothie’yi bardaklara dökün.
- Üzerini taze yaban mersinleri veya birkaç nane yaprağı ile süsleyerek servis yapın.

>> **İpucu:** Daha besleyici bir smoothie için **1 yemek kaşığı chia tohumu veya keten tohumu ekleyebilirsiniz**. Ayrıca **1 adet muz ekleyerek kıvamını daha kremsi hale getirebilirsiniz**.

Kiraz’ın Mutfağı