Bananenmilch

Die einfache Bananenmilch ist im Nu zubereitet. Schmeckt köstlich zum Frühstück oder Zwischendurch.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 5 min

Gesamtzeit: 5 min

Zutaten

1 Stk.	Banane
200 ml	Milch
1 TL	Honig
1 Schuss	Zitronensaft

Zubereitung

1. Die **Bananenmilch** ist eine gelungene Nachspeise oder eine frische Zwischenmahlzeit, die Energie und Power verleiht. Bananen zu einem Mus pürieren. Honig und Zitronensaft zu den pürierten Bananen geben.

2. Diese Masse unter ständigem Rühren mit kalter Milch aufgießen. Alternativ lassen sich auch tiefgekühlte oder frische Erdbeeren und Himbeeren zur Fruchtmilch pürieren.

Tipp

Die Bananenmilch in ein Glas füllen und mit einem langen Trinkhalm servieren.