

# Jahodový koktejl



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 5min , Porce: 4

**217** kalorií , **30 g** cukrů , **2 g** tuků , **2 g** bílkovin

**Autor:** maruskaji

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/jahodovy-koktejl>

## Příprava

Do mixéru nalijeme mléko a ostatní ingredience přidáme dle chuti a dobře rozmixujeme. (Na oslazení jsou také skvělé lístky nekalorické Stévie rebaudiany).

### ▫ Tip k receptu

Podáváme vychlazené.



## Ingredience

- 500 ml polotučného mléka
- 1-2 lžičky včelího medu
- 1 lžička vanilkového cukru
- 1 hrnek jahod

## Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Ovoce, Nápoje a koktejly