

Havtornsyogurt med granola og friske bær

Opskrift til 3 skåle

[Klik her for at komme ind på opskriften på granola](#)

Samlet tid

10 minutter

Ingredienser

- 2 dl frosne havtornsbær
- 1 dl blomkålsris (frosne)
- 1 god dl avocado (frossen)
- 1 appelsin
- 1,5 dl frossen mango
- 7-8 bløde dadler
- 1,5 dl havremælk eller mandelmælk

Toppings

- Granola
- Kiwi
- Frisk mango
- Blåbær

Sådan gør du

1. Kom det hele i en blender og kør rundt til det er helt blendet og cremet
2. Hæld det i skåle og top med granola, friske bær og frugt