

Iceblend

Opskrift til 2 store glas

Forberedelsestid

5 minutter

Tilberedelsestid

2 minutter

Samlet tid

7 minutter

Ingredienser

- 2 espressoskud (sådan bliver den allerbedst) - alternativ 2 spsk nescafe
- et par håndfulde isterninger
- 1 moden avocado
- 1 spsk. bagekakao
- 5 bløde dadler
- 4 dl mælk (jeg brugte mandelmælk, pga. den vanvittig lækre søde smag) almindelig komælk kan også sagtens bruges. Måske vand endda kan gå an.
- 2 dl koldt vand

Sådan gør du

1. Fjern stenene fra dadlerne og kasser dem.
2. Kom alle andre ingredienser i blenderen, avocadostenen kasseres selvfølgelig også.
3. Blend godt og server