

# Smoothiebowl

Opskrift til 2

Fine milde, søde smoothiebowl lavet på hindbær, banan og avocado. De er cremede og helt perfekte til en omgang granola og friske bær.

Tilberedelsestid

5 min

Samlet tid

5 min

## Ingredienser

### Smoothiebowl

- 100 g frosne bær (jeg brugte hindbær og jordbær)
- 1 banan (også gerne frossen) - skrælle og efterfølgende frosset ned.
- 1 avocado
- 15 g mandler
- 1 tsk. vaniljesukker (kan også erstattes af en blød dadel)
- 150 g sojadrik med vanilje eller anden væske

### Lynhurtig granola

- 2 store spsk. kokosolie
- 1 spsk. honning
- 1 lille spsk. kanel
- 1/3 tsk. salt
- 150 g havregryn

### Toppings

- Lidt hakket mørk chokolade og friske bær

## Sådan gør du

1. Start med at lave din granola: kom kokosolie, honning, kanel og salt på en pande og lad det smelte. Kom så havregrynene ved og rør rundt til de er gyldne og sprøde
2. Så skal dine smoothiebowl laves: kom det hele i en blender og kør rundt, fordel i 2 skåle