



Milkshake Snickers

PORTIONS : 1
PRÉPARATION : 5 minutes

PRÉPARATION

1. Éplucher la banane.
2. Mettre tous les ingrédients dans un blender.
3. Mixer jusqu'à obtenir une texture lisse et crémeuse, sans morceaux.
4. Verser le milkshake dans un verre et savourer.

INGRÉDIENTS

- 1 banane
- 250 ml de lait entier
- 100 g de yaourt grec
- 2 cuillères de flocons fondants à soupe ou de flocons d'avoine fins
- 1 cuillère à café de cacao
- 1 cuillère à café bombée de purée de cacahuètes ou de beurre de cacahuète
- 2 dattes dénoyautées