

Banánová svačinka pro nejmenší



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 5min
Celkový čas: 15min , Porce: 2

322 kalorií , **0 g** cukrů , **7 g** tuků , **45 g** bílkovin

Autor: notburga

Odkaz: <https://srecepty.cz/bananova-svacinka-pro-nejmensi>

Příprava

Piškoty rozdrtíme na větší kousky, banány nakrájíme na kolečka. Tvaroh, mléko a javorový sirup vymícháme dohladka. Do pohárů klademe nejprve kolečka banánů, poté nadrcené piškoty a nahoru tvarohový krém. Můžeme vytvořit i více vrstev, dokud nám stačí suroviny. Necháme v ledničce odležet asi 2 hodiny.

Ingredience

- 4 banány
- 120 g piškotů dětských
- 250 g jemného tvarohu
- 50 ml mléka
- 1 lžíce javorového sirupu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Ovoce, Rychlovka, Děti do 5 let, Svačinka