

## Mus czekoladowy inaczej

data aktualizacji: 2019.07.29 autor: Redakcja



### Składniki:

- 1 duży banan
- 1 awokado
- 40 g orzechów nerkowca
- 4 łyżki kakao
- cukier waniliowy
- 100 ml mleka

### Przygotowanie:

Banana i awokado obrać i pokroić na mniejsze kawałki. Wszystkie składniki umieścić w blenderze i zmiksować na gładką masę.

Źródło: <https://gotuj.eglos.pl/aktualnosc/item/32802-mus-czekoladowy-inaczej>