



ELABORACIÓ

1. Peleu el plàtan i tallar-lo a trossos.
2. Barregeu tots els ingredients i tritureu amb l'ajuda d'un batedora elèctrica.
3. Serviu fred o calent.

INGREDIENTS (1 PERSONA)

- ½ plàtan
- 1 cullerada de lli
- 3 c/c de cacau pur
- 2 c/c de xarop d'atzavara
- 250 ml llet de soja

NOTES:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

