



שייק פירות יער וחמאת בוטנים

מצרכים:

- 1 כוס (240 מ"ל) חלב
- 1 בננה, קלופה, חצויה
- 3 כפות (55 גר') חמאת בוטנים
- 2 כוסות (275 גר') פטל אדום
- 1 כוס (130 גר') קוביות קרח

אופן ההכנה:

להכניס את כל המצרכים למיכל הויטמיקס לפי הסדר המופיע ולסגור את המכסה.

להפעיל על מהירות 1 ולהגביר בהדרגה למהירות 10.

לערבל למשך 25 שניות או עד לקבלת המרקם הרצוי.