

LODY CYTRYNOWE Z RUKOLĄ I LIKIEREM

Przygotowanie:
Z cytryny wyciskamy sok. Do pojemnika wlewamy śmietankę, kefir, mleko, likier i 6 łyżek cukru. W blenderze rozdrabniamy rukolę razem z sokiem z cytryny. Dodajemy do pojemnika z kefirem i resztą składników i miksujemy chwilkę, aż dokładnie się połączą. W razie konieczności dosładzamy. Wstawiamy do zamrażarki i co godzinę wyjmujemy, by zmiksować masę. Wtedy unikniemy grudek w lodach.
Smacznego :)
P.S. Polecam polać je likierem przed samym podaniem – pycha!

Przepis i zdjęcie pochodzi ze strony Dziś mam ochotę na...

Składniki:
Mały kubeczek kefiru
Mała śmietana 36%
1/2 szklanki mleka
Garść Rukoli Fit&Easy
Duża cytryna
6-8 łyżek cukru
1/4 szklanki likieru malibu lub innego kokosowego