



## BANANIN SLADOLED NA 100 IN 1 NAČIN

### Sestavine:

- zamrznjene narezane banane
- zamrznjene maline/ borovnice/jagode/višnje/ breskve...
- kakav, kokos, mandljevi lističi ali palčke/koščki polnozrnatih keksov/celo jagodičje/ arašidovo maslo ali drugi mleti oreščki...

Zamrznjene banane zmeljemo v mešalniku (blenderju) brez dodane tekočine. Mešamo okoli pet minut, da nastane kremasta zmes. Ta zmes nam služi kot sladka osnova, ki ji nato dodajamo poljubne dodatke. Če imamo raje bolj sveže in manj sladke sladolede, lahko dodamo zamrznjene gozdne sadeže ali drugo sadje, ki zmanjša sladkost. Če nam je sladko všeč, pa dodamo v blender datlje, ki smo jih predhodno namočili.

Od tu naprej je vse prepuščeno vaši domišljiji in temu, kar imate trenutno v hladilniku. Z dodajanjem kakava ali kokosa ali ... nastane čokoladni, kokosov ali kak drug sladoled.

Sladoled postrežemo v ohlajenih kozarcih, lahko na svežem sadju ali na polnozrnatem piškotu. Stopi se malce hitreje kot običajni sladoled. Za bolj bogat okus lahko dodamo sladko smetano.

### ***Brez aditivov***

*Doma izdelan sladoled je za otroke vsekakor najboljša izbira, saj so kupljeni sladoledi pogosto polni aditivov. Otrok med pripravo sladoleda najbrž ne boste mogli odgnati iz kuhinje, zato je najbolje, če kar njim zaupate dodajanje sestavin k osnovni zmesi.*