



Bananen-Espresso-Drink

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/bananen-espresso-drink.jsp>



Rezeptinformation

Zutaten für: **4 Portionen**

Zubereitungszeit: **10 Min.**

Fertig in: **10 Min.**

Je Portion : **745 kJ, 178 kcal , 31 g Kohlenhydrate , 4 g Eiweiß , 4 g Fett**

Schwierigkeitsgrad: **einfach**

Zutaten

Zutaten für: 4 Portionen

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
300 ml	Espresso	
400 ml	Molke	
3	Bananen	
2 Päckchen	Vanillezucker	
2 EL	Kakaopulver	
4	Vollkornkekse	

Mixteller Rezept



Rezept: Ganzheitliche Gesundheits- und Fitnessberaterin Gabriele Voigt-Gempp
Foto: Konzeptstudio Feierabend / Fotolia

Zubereitung

Alle Zutaten pürieren und abschmecken.

Küchenutensilien



EDEKA zuhause Messbecher 0,5 l - Aus stabilem Kunststoff - Mit leicht ablesbaren Skalen - Zusatzskalen ermöglichen das Abmessen kleinster Mengen sowie das Abmessen während des Ausgießens - Mikrowellengeeignet - Spülmaschinengeeignet: leicht zu reinigen