

# Smoothie Pisang dan Mentega Kacang

Masa persediaan



5 mins

Masa di masak



10 mins

Hidangan



2

## Maklumat Pemakanan setiap hidangan

Protein 7.8g

Karbohidrat 34.7g

Lemak 8.7g

Energy 250kcal

## We need

450ml Air

6 penceduk Susu Tepung [ENERCAL PLUS®](#)

1 Biji Pisang Besar

20g Mentega Kacang

Sedikit Garam

## Step by step

1. Masukkan susu tepung ke dalam air untuk membuat air susu berasaskan [ENERCAL PLUS](#) <sup>®</sup>
2. Dalam pengisar, tambah air susu yang telah dibancuh, pisang yang dihiris, mentega kacang dan garam laut.
3. Kisar selama 30 saat dan tambah kiub ais.
4. Kisar selama 10 saat lagi atau sehingga campuran menjadi halus.