

Smoothie Pisang dan Mentega Kacang

RESEPI

MASA PERSEDIAAN: 5 MINS

MASA DI MASAK: 10 MINS

HIDANGAN: 2

Ingredients

- 450ml Air
- 6 penceduk Susu Tepung ENERCAL PLUS
- 1 Biji Pisang Besar
- 20g Mentega Kacang
- Sedikit Garam
- 300g Kiub Ais

Nutrition count

- Protein : 7.8g
- Karbohidrat : 34.7g
- Lemak : 8.7g
- Energy : 250kcal

Step by step

Masukkan susu tepung ke dalam air untuk membuat air susu berasaskan ENERCAL PLUS

Dalam pengisar, tambah air susu yang telah dibancuh, pisang yang dihiris, mentega kacang dan garam laut.

Kisar selama 30 saat dan tambah kiub ais.

Kisar selama 10 saat lagi atau sehingga campuran menjadi halus.