

# ANIA STARMACH

## Koktajl truskawkowy

### Co kupić?

- 500g truskawek
- 1l jogurtu naturalnego (kefiru lub maślanki)
- 1 łyżka cukru (nie trzeba, jeśli truskawki są bardzo słodkie)

### Jak przygotować?

1. Truskawki umyj i odkrój szypułki .
2. Wszystkie składniki umieść w wysokim naczyniu. Blenduj do uzyskania jednolitej konsystencji.