

## Himbeer Milchshake mit Bananen

### Zutaten für 2 große Gläser:

- 2 Bananen (gern gefroren für einen Eis-Shake)
- 100 g Himbeeren
- 500 ml Milch (Kuhmilch oder Hafermilch)

### zum Dekorieren:

- Sprühsahne
- Schokoraspel
- ein paar Himbeeren



**Arbeitszeit:**

ca. 5 Minuten

### Zubereitung:

1. Gib die Bananen mit den Himbeeren und der Milch in einen leistungsstarken Mixer und püriere alles zu einem cremigen Shake. Du kannst auch einen normalen Pürierstab nutzen. Je nach Leistung, sind ihm gefrorene Bananen aber vielleicht zu hart. Lass sie dann erst kurz antauen.
2. Fülle den Himbeer Bananen Milchshake in 2 große Gläser. Dekoriere sie mit Sprühsahne, Minze und frischen Himbeeren und serviere sie sofort.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

