

FRULLATO ALLA MENTA

Ingredienti per 4 persone:

- 1 bicchiere di latte
- 1/2 banana
- 1/2 pera
- 1/2 mela
- 1 fettina di ananas
- 1 cucchiaio di zucchero
- 1 cucchiaio di sciroppo di menta

Sbucciate, tagliate a pezzetti tutta la frutta e raccoglietela nel vaso del frullatore.

Unite il latte e la menta, azionate, versate il frullato in una caraffa e tenetelo in frigo prima di servirlo.

Guarnite bicchieri ben ghiacciati con ciuffetti di menta fresca.