

Jo-Jo-Fit Milchshake



Zutaten (für 4 Gläser)

200 ml Johannisbeersaft
2 EL Zucker
300 g Joghurt natur
300 ml Milch

Außerdem:

Johannisbeeren zum Garnieren
Eis nach Belieben



Zubereitungszeit
5-10 Min.



Kcal

KJ

Eiweiß

Fett

Kohlenhydrate

Zubereitung

1. Zutaten im Mixer einige Sekunden durchmischen.
2. In Cocktailgläser füllen und Eis nach Belieben hinzugeben.
3. Mit Johannisbeerrispen dekorieren.