



Blåbärssmoothie

Mängd: 4 st

Ingredienser

200 g blåbär
1 st banan
160 g yoghurt
2 msk agavesirap
200 g apelsinjuice
2 msk linfrö

Så gör du:

Mixa alla ingredienserna och fyll upp i glas. Jag brukar använda frysta bär till smoothies och även frysta bananer.

MEDOX[®]

i samarbete med Mästerkonditor Daniel Roos

Daniel var en av medlemmarna i Svenska Kocklandslaget som vann Culinary Olympics 2012 i Tyskland. Den mest överlägsna segern i tävlingens mer än 100-åriga historia. Daniel har även de senaste sex åren varit ansvarig för desserten på Nobelbanketten.

För att lyckas med bakverk och desserter är det viktigt att använda bra råvaror. Skillnaden mellan bra och fantastiskt ligger i kvaliteten på råvarorna. T.ex. så väljer jag vilda svenska blåbär som har mycket högre smaker än odlade amerikanska blåbär. Det använde jag också som en viktig ingrediens i Nobeldesserten 2017.

