



## RYBÍZOVÁ ZMRZLINA

zamražený odstopkovaný rybíz, zamražený banán, med nebo stéviové sladidlo, případně na dochucení vanilkový extrakt, tahini nebo lžíce mandlového másla

Zamražený rybíz a banán vyndáme z mrazničky a necháme mírně rozmrazit, ale jen natolik, aby se ovoce dalo rozmixovat. Zralý banán dodá rybízu potřebnou sladkost, přesto však vzhledem k vysoké kyselosti rybízu bude zmrzlina potřebovat mírně přisládit medem nebo stévií. Během mixování můžete dochutit vanilkovým extraktem, 2 lžičkami sezamové pasty tahini nebo lžící mandlového másla či namočenými kešu ořechy.