

## Hjemmelavet frugtskyr

Frisk og sund morgenmad



### Ingredienser (2 pers):

250 g rokkedyssebær fx jordbær, hindbær og/eller brombær

1 banan

4 dl skyr naturel

korn af 1 stang vanilje

flydende honning

### Fremgangsmåde:

Skyl og rens bærrene og skær bananen i små tern. Gem lidt frugt til pynt og kom resten i blenderen sammen med skyren. Smag til med honning.

Hæld skyren i skåle og pynt med resten af frugten, revet kokos, hakkede mandler, revet mørk chokolade, cacaohips, chiafrø eller hvad du lige måtte have liggende.