



Smoothie cheesecake για πρωινό

Μερίδες: 2 Χρόνος προετοιμασίας: 10 λεπτά

Υλικά

½ μπανάνα, κατεψυγμένη

150 γρ. blueberries κατεψυγμένα

[400γρ. Alpro Φυτικό Επιδόρπιο Σόγιας με Καρύδα](#)

150 ml φυτικό ρόφημα της επιλογής μας

5 κ.σ. σιρόπι αγαύης, σφενδάμου ή μέλι

100 γρ. βρώμη

χυμό από 1 λάιμ ή ½ λεμόνι

ξύσμα λάιμ ή λεμόνι

Υλικά σερβιρίσματος

2 μπισκότα τύπου digestive, τριμμένα

λάιμ

2 κ.σ. μαρμελάδα φράουλα ή άλλο κόκκινο φρούτο της επιλογής μας, χωρίς ζάχαρη

Εκτέλεση:

- 1) Ρίχνουμε σε μπλέντερ το [Alpro Φυτικό Επιδόρπιο Σόγιας με Καρύδα](#), μαζί με τα υπόλοιπα υλικά και πολτοποιούμε πολύ καλά
- 2) Απλώνουμε σε πιάτο τα μπισκότα. Με κουτάλι περνάμε το χείλος του ποτηριού με λάιμ και μετά το ακουμπάμε στο πιάτο με τα μπισκότα για να κολλήσουν.
- 3) Βάζουμε την μαρμελάδα σε ένα μπολ και ανακατεύουμε με ένα κουτάλι για να μαλακώσει. Αν χρειάζεται, ρίχνουμε 1 κ.σ. νερό. Με το κουτάλι σχηματίζουμε σχέδια στο ποτήρι εσωτερικά με την μαρμελάδα (σαν σιρόπι). Ρίχνουμε στο ποτήρι το περιεχόμενο του μπλέντερ και σερβίρουμε.