



BANANENIJS – IDDSI 3



*Wat een heerlijke verrassing was dit ijs! Doordat je bevroren banaan gebruikt, is de bananensmaak vrij mild. Dit ijs biedt een dikker alternatief op normaal roomijs en is daarnaast ook nog eens gezond! Eenmaal gesmolten komt dit ijs uit op niveau 3: **dik vloeibaar**.*

Benodigdheden voor 2 porties:

- 2 hele rijpe bananen

Aan de slag:

1. Bevries 2 hele rijpe bananen voor minimaal 4 uur in, gesneden in plakjes.
2. Maal de bevroren bananen fijn in een hakmolen, blender of keukenmachine, eventueel met wat vloeistof zoals een lepel heet water, melk of yoghurt.
3. Serveer direct, met bijvoorbeeld chocolade-dessertsaus, pindakaas of jam.

