

Soya - Banana Smoothies Siap Temani Natal Istimewa



Saat natal, pasti banyak anggota keluarga yang berkunjung ke rumah. Nah, siapkan minuman yang spesial yuk di Hari Natal yang istimewa ini. Hmm, bagaimana jika membuat Soya Banana Smoothies? Minuman ini sangat menyegarkan dan juga sehat untuk si kecil lho. Intip cara membuatnya berikut ini yuk.

Langkah pertama untuk membuatnya, siapkan blender, masukkan 2 buah pisang ambon yang telah dipotong-potong dan dibekukan terlebih dahulu. Lalu, tambahkan 300 ml susu kedelai tawar, 3 sdm Milo, 2 sdm Nestlé DANCOW Full Cream, 1 sdt NESCAFE Classic dan 4 sdm madu. Proses hingga lembut. Siapkan gelas saji, tuangkan dan beri taburan 1 sdt coklat bubuk. Soya Banana Smoothies siap untuk disajikan.

Minuman lezat ini kaya akan nutrisi yang diperlukan oleh si kecil lho. Susu kedelai yang menjadi salah satu bahan utama dari minuman ini merupakan sumber protein yang sangat lengkap, karena mengandung sembilan asam amino esensial. Tubuh akan mengubah asam amino menjadi protein baru termasuk antibodi yang penting untuk fungsi sistem kekebalan tubuh dan enzim yang membantu sel-sel menghasilkan energi.

Minuman ini juga sangat cocok bagi anak-anak yang sulit mengonsumsi buah atau sayur, karena susu kedelai mengandung serat yang sangat penting untuk kesehatan saluran pencernaan. Bonusnya, kedelai juga mengandung zat lesitin yang mendukung perkembangan sel-sel syaraf otak dan isoflavon yang menurunkan kadar lemak jahat pada tubuh.

Wah, tidak hanya lezat dan dan nikmat minuman ini ternyata banyak memberikan manfaat sehat bagi keluarga Anda, terutama bagi si kecil. Tunggu apalagi, yuk segera mencoba resepnya dan sajikan pada Hari Natal yang istimewa. Selamat mencoba!

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/soya-banana-smoothies-siap-temani-natal-istimewa.html>