



K  
C  
Y  
R  
D  
&  
T  
A  
M



## ... eller prova en läskande frapino!

Varma somrardagar kräver något kallt och läskande i strupen. Varför inte prova en frapino? Espresso House erbjuder flera olika varianter året runt – och från juni månad även några extra fräscha, fruktiga varianter.

En frapino bygger på mjölk – hos Espresso House kristalliserad och smaksatt med vanilj – samt ofta ytterligare en smaksättare. Allt körs i en kylande mixer till en kall, lätt skummad, läcker dryck. Espresso, moccha och choklad är tre vanliga smaker som resulterar i riktigt läckra frapinos.

– Man kan säga att de är våra året-runt-frapinos, alltid populära. På sommaren bygger vi ut sortimentet med två mer fruktiga smaker. De är verkligen läskande och mycket omtyckta.

– Frapinos brukar rusar upp i höjden på vår topplista under sommaren. Det blir nog så i år också, säger Nathalie Sternoff, platschef på Espresso House i Marieberg Galleria.

Årets två fruktiga varianter heter frapino melon/jordgubb och frapino kokos/ananas.



## Blåbär-banansmoothie

Med banan, blåbär och havre i magen får du en bra start på dagen.

1 glas: ½ banan, 1 dl frysta blåbär, 2 msk havregryn, 1-2 krm malen kardemumma, 1 dl Arla Mild yoghurt, honung.

Skala bananen och skär den i bitar. Mixa alla ingredienser tills allt är blandat. Häll upp i glas och servera genast.



## Grön drömsmoothie

Börja dagen med en supersmoothie fylld med vitaminer, antioxidanter, helande ingefära och honung.

1 glas: 1 klyfta melon (ca 100 g), ¼ avokado, ½ kiwi, ½ tsk rivin ingefära, 1 tsk honung, 1 ½ dl Arla Onaka grönt te.

Skala frukten och skär i bitar. Mixa alla ingredienser till en krämig smoothie. Häll upp i glas och servera genast.

## Jordgubb- & chilismoothie

Mixa Cultura Dofilus® vanilj med jordgubbar och het chili. En smoothie med sting som ändå tar hand om din mage.

2 glas: 5 dl Cultura Dofilus® vanilj, 250 g färska eller frysta jordgubbar, 2 tsk finhackad färsk chilifrukt eller 2 krm torkad chilipeppar.

Mixa jordgubbar, chili och Cultura Dofilus® vanilj och chili. Häll upp i glas.

