

Manggang Milk Shake

Mga Sangkap :

300 gramo mangga

250 ml hi-calcium low fat milk

2 sandok banyillang sorbets

2 kutsarang pulut-pukyutan

Paraan ng pagluluto :

Ilagay ang mangga sa blender, haluin hanggang maging makinis Haluin ang ibang sangkap at i-blend ng 15 minuto. I buhos ang milk shake sa baso