



SMOOTHIE WZMACNIAJĄCE WITALNOŚĆ

SKŁADNIKI

- 1 grejpfrut, obrany i pokrojony w paski
- 1/3 ananasa, posiekanego
- 1 miarka proszku NUTRILITE™ All Plant Protein
- 150 ml wody
- pół ogórka
- garść świeżych liści młodego szpinaku

PRZYGOTOWANIE

1. Obierz ananas i grejpfrut ze skórki, umyj ogórek i liście szpinaku, a następnie pokrój wszystkie owoce i warzywa w kostkę.
2. Włóż owoce, warzywa i proszek NUTRILITE All Plant Protein do kubka Blendera iCook i wlej wodę.
3. Miksuj do uzyskania gładkiej konsystencji i serwuj bezpośrednio po przygotowaniu.