



PURE POWER SMOOTHIE

INGREDIENTE

- 1 grepfrut, decojit și tăiat în bucățele
- 150 ml de apă
- 1/2 castravete
- 1/3 ananas, tăiat cubulețe
- 1 legătură de baby spanac proaspăt
- 1 doză de Pudră NUTRILITE™ Proteine din plante

METODĂ DE PREPARARE

1. Îndepărtează coaja ananasului și grepfrutului, spală castravetele și spanacul și taie toate fructele și legumele în cubulețe.
2. Pune fructele și legumele, apa și Pudra NUTRILITE™ Proteine din plante în Blenderul tău iCook.
3. Amestecă până totul devine omogen și smoothie-ul este gata.