



## **SMOOTHIE ENERGIZANT CU FRUCTE DE PĂDURE**

### INGREDIENTE

- 75 g zmeură
- 75 g mure
- 75 g afine
- 100 ml de apă
- 1 pliculeț Pudră din fibre NUTRILITE

### METODĂ DE PREPARARE

1. Pune toate fructele de pădure, apa și Pudra din fibre NUTRILITE într-un blender.
2. Amestecă până la omogenizare.