

MANDLOVÝ PROTEINOVÝ SHAKE

*Objev sílu mandlí v každém doušku – mandlový shake
plný chuti, energie a čistého proteinu!*



PORCE: 1

COOKING TIME: 5 MIN

INGREDIENCE

1 odměrka proteinu (použila jsem
příchuť Peanut Butter)

250ml mandlového neslazeného
mléka

30g čistého mandlového másla

led

POSTUP

Všechny ingredience vlož
do mixéru a mixuj
dohladka. Vnitřek sklenice
můžeš ozdobit trochou
mandlového másla pro
extra chuť i efekt.

NUTRIČNÍ HODNOTY

KCAL BÍLKOVINY SACHARIDY CUKRY TUKY

350 33G 4,3G 4,2G 22G