



ESPRESSO SMOOTHIE



NA
1
DRINK

Suroviny:

- 70 ml MEVALIA LATTIS
- 23,4 g MEVALIA PKU GMPOWER VANILKA (odpovídá 1 sáčku)
- 30 ml vody
- 25 ml studené kávy
- ½ lžičky skořice

Příprava:

1 porce (200 ml)

Připravíme si předem kávu a necháme ji vychladnout. Kávu promícháme spolu se skořicí v kuchyňském robotu. Přidáme **MEVALIA LATTIS** a vodu a mixujeme, dokud nejsou všechny ingredience dobře promíchány. Vzniklé smoothie nalijeme do šejkru, přidáme celý sáček **MEVALIA PKU GMPOWER VANILKA** a dobře protřepeme.

TIP:

Pokud máme rádi sladké, přidáme trochu medu.



Celé množství

Energie - 122 kcal

10,46 g bílkovin

36 mg Phe