

SUPER GREEN SHAKE

טרי, בריא, 100% טבעי

אכל איך מכינים את השייק המושלם?

1

לפתוח את השקית,

לשבור

לשים בכוס של הבלנדר

(אנחנו ממליצים על הנינ'יה)



2

250/200 מ"ל חלב אורל שקדים

(150/120 מ"ל לשייק מתחילים)

להוסיף או להוריד נולו לפי הסמיכות

שאתם רוצים)

תפוח אורכני עריוף קלוי (כחובן אפשר

פרי אחר - מומלץ גם בננה ותמר)



1 אכזל ברליל

3 שקדים

3 קסיו

3

ללחוף על תוכנית smoothie

(למי שיש נינ'יה, אם לא, הפעילו לזקה)

אחרי שהסתיים מומלץ להפעיל רליל

לעוז 15 שניות

ולהנות משייק טרי, בריא ו100% טבעי



GREENS.CO.IL