



SMOOTHIE ENERGETICO

INGREDIENTI

- 1 pompelmo, sbucciato e tagliato a spicchi
- 1/3 ananas, a pezzi
- 1 misurino di NUTRILITE™ All Plant Protein (miscela in polvere)
- 150 ml di acqua
- 1/2 cetriolo
- 1 manciata di spinaci novelli freschi

PREPARAZIONE

1. Sbucciare l'ananas e il pompelmo, lavare il cetriolo e gli spinaci e tagliare la frutta e la verdura a cubetti
2. Aggiungere la frutta e la verdura, l'acqua e NUTRILITE All Plant Protein (miscela in polvere) al frullatore iCook
3. Frullare fino a ottenere un composto omogeneo e mettere da parte