

Kürbis-Eiweiss-Shake

In diesem köstlichen Shake stecken jede Menge Eiweiße und Vitamine.

ZUTATEN:

- 2 gestrichene Messlöffel (26,4 g) Daily BioBasics
- 1 gestrichener Messlöffel (60 cc Messlöffel) Triple Protein Shake Vanille
- 1/3 Tasse Kürbispüree (aus der Dose)
- 1 1/3 Tassen fettfreie Milch oder Sojamilch
- Eine Prise Zimt (nach Geschmack)
- Eine Prise Muskat (nach Geschmack)
- 3–6 Eiswürfel

ZUBEREITUNG:

Mixen Sie alles im Mixer.

