

Tomaten-Artischocken Shake

Daily Plus auf italienische Art

ZUTATEN:

1 gestrichener Messlöffel (13,2 g) Daily Plus
120–180 ml Tomatensaft
120–180 ml Buttermilch
4 cl Artischockensaft
1 TL Olivenöl
1 TL Balsamessig

ZUBEREITUNG:

Mixen Sie alles im Shaker oder Mixer. Runden Sie das Ganze mit frisch gemahlenem Knoblauch oder Pfeffer ab.



Kornelia and Christian Witecy

Die Zutaten (wie z.B. Daily Plus) finden Sie auf <http://www.vitamin.ch>