

Süßes

Erdbeershake

10 Minuten

Zutaten (1 Portion):

200 ml lovital complete HP DRINK Vanille
100 g Erdbeeren
frisch
80 ml Orangensaft
4 EL Zucker
6 EL / 60 ml Sahne 30 %
2 TL Zitronensaft

Nährwerte pro Portion:

Energie 704 kcal
Eiweiß 14,0 g
Fett 30,0 g
Kohlenhydrate 39,0 g

Zubereitung

Erdbeeren und Zitronensaft mit dem Pürierstab oder Mixer zerkleinern. Lovital complete HP Drink Vanille, Orangensaft, Zucker und Sahne zugießen, nochmals kurz mixen. Sie können den Shake auch mit anderen Früchten zubereiten.

Das schmeckt nach mehr :)
Guten Appetit!