

Süßes

Mangoshake

10 Minuten

Zutaten (1 Portion):

200 ml Iovital complete HP Drink Vanille
50 g Mangopüree oder Mangokonzentrat
1 TL Zitronensaft
2 TL Zucker
3 EL / 30 ml Sahne 30 %

Nährwerte pro Portion:

Energie 460 kcal
Eiweiß 12,0 g
Fett 21,0 g
Kohlenhydrate 56,0 g

Zubereitung

Iovital complete HP Drink Vanille mit Zucker und Sahne aufschlagen. Zitronensaft und Mangopüree dazugeben, vorsichtig unterrühren.
Diesen Shake können Sie auch nach Belieben mit anderen Früchten zubereiten.