



ACAI BOWL

Zutaten:

- 2 Bananen in Scheiben geschnitten
- ca. 100 gr. TK Beeren (Himbeeren oder Schwarzbeeren)
- 1-2 EL PRIMABENE ACAI Fruchtpulver
- 100 ml Yoghurt oder Mandelmilch

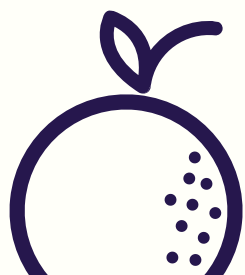
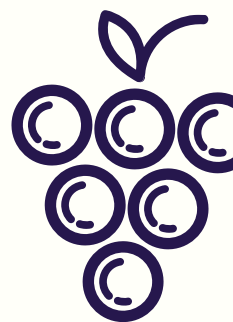
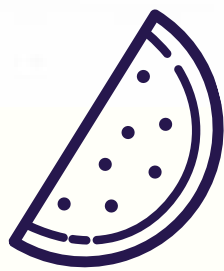
Zum Anrichten:

- Frische Früchte der Saison und getrocknete Früchte

ZUBEREITUNG:

SMOOTHIE: Alle Zutaten zu einem cremigen Fruchtpüree pürieren.

ANRICHTEN: Püree in eine Schüssel füllen und mit getrockneten Früchten, Früchten und Argavendicksaft garnieren.





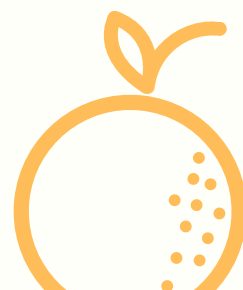
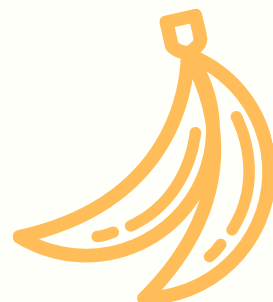
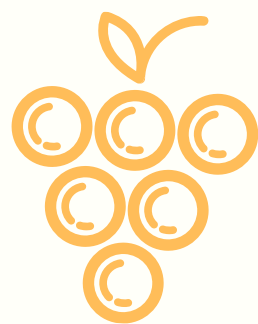
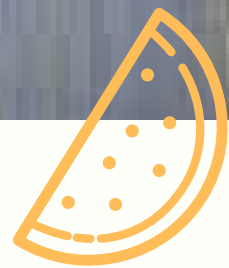
PRIMABENE BOWL

Zutaten:

- 2 Bananen in Scheiben geschnitten
- ca. 100 gr. TK Beeren (Himbeeren oder Schwarzbeeren)
- 1-2 EL PRIMABENE Sonnenblumenkern Proteinpulver (oder eine andere Sorte)
- 100 ml Yoghurt oder Mandelmilch

Zum Anrichten:

- Frische Früchte der Saison und getrocknete Früchte



ZUBEREITUNG:

SMOOTHIE: Alle Zutaten zu einem cremigen Fruchtpüree pürieren.

ANRICHTEN: Püree in eine Schüssel füllen und mit getrockneten Früchten, Früchten und Argavendicksaft garnieren.



AVOCADO SPIRULINA SMOOTHIE

Zutaten:

- 1/2 Avocado
- 1 Handvoll Blattgemüse
- 1,5 TL PRIMABENE Kokosöl
- 1,5 TL PRIMABENE Spirulina Pulver
- 1 Handvoll Ananasstücke
- 500 ml Wasser

ZUBEREITUNG:

Blattsalat, Ananas, Avocado, Kokosöl und Spirulinapulver in einem Standmixer geben und Wasser hinzufügen. 30 Sekunden auf höchster Stufe cremig mixen. In ein Glas abfüllen und mit einer Zitronenscheibe garnieren.

