



24g
eiwit &
180kcal

**EITWITRIJKE
GROENE SMOOTHIE**



INGREDIËNTEN

- 40ml ProtiMedic AMINO Plus Groene Appel
- 3 eetlepels yoghurt (45ml)
- 3 eetlepels water (30ml)
- Handvol spinazie (45g)
- ¾ banaan (75g)

BEREIDINGSWIJZE

- Pel de banaan en was de spinazie.
- Doe alle ingrediënten in een blender en mix het geheel ongeveer 1 minuut, totdat je de perfecte, drinkbare consistentie hebt.
- Schenk de smoothie in een glas en voeg eventueel ijsblokjes en een rietje toe.

ProtiMedic AMINO Plus
Geconcentreerde eiwitshot
20g eiwit in 40ml
Verkrijgbaar in meerdere smaken

