



Borówkowy Shake po treningu

 mariola.mk

Polecane na: [desery](#), [napoje](#)

Kuchnia (region): [arabska](#)

Warto wiedzieć:

 5 min

 2 porcje

Składniki:

napój migdałowy bez cukru - 500 ml
borówki - 125 g

białko - serwatka WPC 77 % -
czubate 4 łyżki - 80 g

Sposób przygotowania:

KROK 1: Miksujemy wszystkie składniki i przelewamy do szklanek.