

# SHAKE BRZOSKWINIOWY

## Składniki na 5 porcji (1 litr):

- 350 g puree brzoskwiowego PURENA
- 1 łyżka soku z cytryny
- 250 ml mleka sojowego lub innego roślinnego
- 200 g serka waniliowego
- szczypta cynamonu
- 200 g lodu



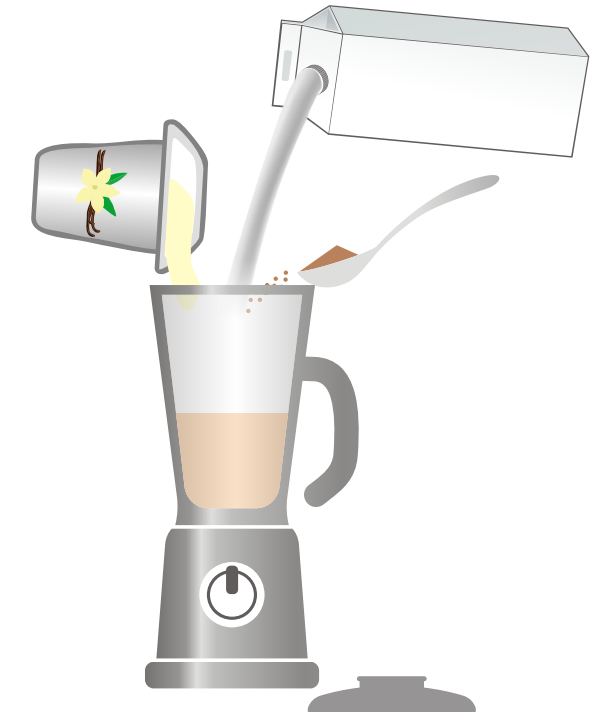
## SPOSÓB WYKONANIA:

1



Do blendera wlać przecier brzoskwiowy oraz sok z cytryny.

2



Dodać pozostałe składniki: mleko sojowe, serek waniliowy oraz szczyptę cynamonu.

3



Dodać lód.

4



Całość zblendować.

Wartości odżywcze:

100 g  
60 kcal

1 porcja  
128 kcal

Gotowy shake spożyć w przeciągu 24 h.  
Otwartą saszetkę PURENA przechowywać w lodówce przez 7 dni.