



TØR



KVALM



SMAG



SUR
(SYRLIG)



ANANAS-BANAN SMOOTHIE

Ca. 1 glas à 2,5 dl

100 g frossen ananas
1 banan
1 fl. Nutridrink Compact Protein (vanille)
1/2 spsk. sukker

Alle ingredienser blandes sammen i en blender og serveres straks.

Forberedelsestid: ca. 5-10 min.

Energifordeling pr. glas (2,5 dl):
Energi 462,9 kcal. (1944,2 kJ)
Protein 19 g
Kulhydrat 67 g
Fedt 12,7 g