



ΜΠΟΛ ΜΕ ΑΝΉΜΕΙΚΤΟΥΣ ΞΗΡΟΥΣ ΚΑΡΠΟΥΣ

Αναζητάτε ένα γρήγορο και θρεπτικό πρωινό; Τότε αυτό το θεσπέσιο μπολ με ανάμεικτους ξηρούς καρπούς είναι ακριβώς αυτό που ψάχνετε. Είναι μία γευστική προσθήκη για ένα brunch με τους φίλους σας ή ένας εξαιρετικός τρόπος για να ξεκινήσετε τη μέρα σας.

ΥΛΙΚΑ:

- 200g ανάμεικτοι ξηροί καρποί
- 1 μπανάνα, κομμένη σε φέτες
- 100g μύρtila
- 400g γιαούρτι
- 1 στικ από το Nutrilite Balance Within και 1 στικ από το Nutrilite Fibre Powder

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

1. Ανακατέψτε το γιαούρτι με 1 στικ από το Nutrilite Balance Within και το Nutrilite Fibre Powder.
2. Μεταφέρετε σε μπολ και γαρνίρετε με τις φέτες μπανάνας, τα μύρtila και τους ανάμεικτους ξηρούς καρπούς.
3. Αν θέλετε πιο γλυκιά γεύση μπορείτε να προσθέσετε λίγο μέλι.

ΜΑΓΕΙΡΙΚΆ ΣΚΕΎΗ iCOOK ΠΟΥ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΉΘΗΚΑΝ:

- Σετ 5 Μαχαιριών