

WEIDER



**NÄHRWERTE
pro Portion:**

Brennwert	175 kcal
Kohlenhydrate	15,6 g
Eiweiß	25,3 g
Fett	2,7 g

MELONEN-ERDBEER SLUSH

ZUTATEN für 2 Portionen:

- 60 g WEIDER Fruity Isolate Rote Früchte
- 100 g Erdbeeren
- 300 g Wassermelone
- 30 ml Limettensaft
- 75 g Eiswürfel

ZUBEREITUNG:

1. Alle Zutaten in einen Mixer geben und solange mixen, bis der Slush eine cremige Konsistenz hat.

Hinweis: Wer es noch „eisiger“ mag, kann anstatt frischen Früchten auch gefrorene Früchte verwenden.



Instagram @barbell.i_kitchen