



✂ Smoothie ⏱ 5 min

Schneller Smoothie mit Eiweißpulver und Chiquita Bananen

Dies ist eine einfache und schnelle Art, Eiweiß zu frischem Obst und Saft hinzuzufügen.

1

Gib alle Zutaten in einen Mixer und püriere sie, bis sie flüssig sind.

2

Sofort servieren.

3

Genieße deinen schnellen Smoothie mit Eiweißpulver und Chiquita Bananen

2

2 ganze Chiquita Bananen, in Scheiben geschnitten

3 fettarmer griechischer Joghurt

1/4 Tasse frischer Ananassaft

1/2 Orangensaft

157 kcal Kalorien

0.4 g Fett

0.1 g Gesättigte Fettsäuren

34.6 g Kohlenhydrate

20.9 g Zucker

3.1 g Ballaststoffe

5.2 g Eiweiß

0.1 g Salz