

Julia Bichler von LiJula präsentiert:

Grüne Energie Bowl

Zutaten:

- 250 ml Milch
- 40 g Grieß
- 1 TL ViBoost Pulver
- 1 TL Ahornsirup
- Prise Vanille oder Zimt

Toppings:

- Mango & Kokos
- Banane & Erdnussmus

Vital Smoothie „Green Power“

Zutaten:

- 1 Banane
- 1 Handvoll frischer Spinat
- 250 ml Milch
- 1 TL ViBoost Pulver
- 1 TL Honig

... reich an Nährstoffen und Proteinen und ideal.
um Energie für den Tag zu tanken!

