

## Frullato frutti di bosco e alga spirulina

Porzioni: 1

Tempo di preparazione: 5 minuti

### Ingredienti:

2 cucchiaini dosatori di Formula 1 Frutti di bosco Herbalife

1 banana surgelata (media)

60 g di frutti di bosco misti, surgelati

200 ml di latte senza lattosio

½ cucchiaino di alga spirulina

### Guarnizione:

Frutti di bosco surgelati (10 g)

Scaglie di cocco tostate (5 g)

Muesli (5 g)

Banana (media, 1/4)

### Istruzioni:

Mettere in un frullatore la banana e i frutti di bosco surgelati, il latte senza lattosio, la Formula 1 Frutti di bosco Herbalife e la spirulina. Frullare fino a ottenere un composto omogeneo e trasferire in una ciotola da portata.

Guarnire con alcuni frutti di bosco surgelati, scaglie di cocco tostate, muesli e fette di banana e servire.

Valori nutrizionali per porzione: Calorie 424,5, Grassi 10,5g, Carboidrati 65g, Zuccheri 40,9g, Fibre 11,5g, Proteine 21,2g