

Tipologia: Vegana

Porzioni: 1

Ingredienti:

- 3 cucchiaini di Tri Blend Select Coffee Caramel (Cod. 052K)
- 250 ml di bevanda alle mandorle non dolcificata
- 50 g di spinaci
- 30 g di fiocchi d'avena
- 1 cucchiaino di succo di lime
- Frulla gli ingredienti e guarnisci con semi, frutta in guscio e lamponi

Preparazione:

Nutrienti per porzione:

	Energia (kcal)	Grassi (g)	Carboidrati (g)	Fibre (g)	Proteina (g)
Per porzione	304	6,8	36	9,5	24,6

Gli effetti benefici ed i valori nutrizionali riportati in etichetta si riferiscono al prodotto consumato secondo le modalità d'uso. Quando prepari nuove ricette assicurati che l'apporto totale dei nutrienti non sia eccessivo e ricorda che il livello di alcune vitamine può ridursi, rispetto ai valori riportati in etichetta, nel caso di preparazioni che richiedano cottura.