Juice PLUS+®
COMPLETE

# CHOCO-BAN SHAKE

## SHAKE IT. DRINK IT. LOVE IT.

1 SHAKE
= CA. 250 KCAL

*Alles zusammen ca. 15 Sek. im Mixer mixen.*

+ 250 ml kalte Magermilch
+ 1/4 Banane
+ 1 Messlöffel Juice PLUS+® COMPLETE Chocolate

# BERRY-GOOD

## SHAKE IT. DRINK IT. LOVE IT.

+ 250 ml kalte Magermilch
+ 120 g frische oder gefrorene Beeren, z. B. Erdbeeren
+ 1 Messlöffel Juice PLUS+® COMPLETE Vanilla

# CINNAMON-YOGHURT-SHAKE

## SHAKE IT. DRINK IT. LOVE IT.

1 SHAKE
= CA. 260 KCAL

*Alles zusammen ca. 15 Sek. im Mixer mixen.*

- + 125 ml kalte Magermilch
- + 125 g Naturjoghurt oder Vanillejoghurt
- + 1/4 TL Zimtpulver
- + 1 Messlöffel Juice PLUS+® COMPLETE Chocolate

# SPICY PAPA JO

## SHAKE IT. DRINK IT. LOVE IT.

1 SHAKE
= CA. 260 KCAL

*Feldsalat und Petersilie waschen, Ingwer schälen und zerkleinern. Alles fein pürieren (ev. Teil der Magermilch beifügen). Papaya und Orange schneiden und erneut mixen. Restliche Magermilch und das Juice PLUS+® COMPLETE Pulver dazugeben und zu einem Shake mixen (ggf. mit Wasser verdünnen).*

+ 250 ml kalte Magermilch
+ 40 g Feldsalat
+ 10 g Petersilie + 5 g Ingwer (1-2 cm)
+ 50 g Papaya + 30 g Orange (ca. 2 Spalten)
+ 1 Messlöffel Juice PLUS+® COMPLETE Vanilla

# STRAWBASIL

## SHAKE IT. DRINK IT. LOVE IT.

1 SHAKE
= CA. 260 KCAL

*Rucola und Basilikum waschen. Beides fein pürieren (ev. Teil der Magermilch hinzufügen). Erdbeeren hinzufügen und mixen. Restliche Magermilch und das Juice PLUS+® COMPLETE Pulver dazugeben und erneut mixen. Nach Belieben mit Pfeffer würzen.*

- + 250 ml kalte Magermilch
- + 40 g Rucola
- + 10 g Basilikum
- + 75 g Erdbeeren (ca. 2 große Erdbeeren)
- + 1 Messlöffel Juice PLUS+® COMPLETE Vanilla