

Proteinske čašice s limunom i borovnicama



NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema



VRIJEME PRIPREME
< 30 min



BROJ PORCIJA
4 osobe

Sastojci

500 g Protein plus skyra
250 g krem sira
Sok i korica 1 limuna
60 g meda
40 g Garden Good badema
4 datulje bez koštica
125 g borovnica



Nutritivne vrijednosti

Miješajte skyr s krem sirom, limunovim sokom, koricom i medom dok niste dobili kremastu, ujednačenu smjesu.

Dodajte bademe i datulje u multipraktik i pulsirajte dok niste dobili fine mrvice. U malim šalicama za desert složite sloj kreme, pa žličicu mrvica i borovnica te ponovite postupak.

Čuvajte u hladnjaku i servirajte dobro rashlađeno.

Skeniraj za prikaz na web stranici

