

アップル・ディライト

夏の日にひんやりおいしいヘルシーなドリンク

材料:

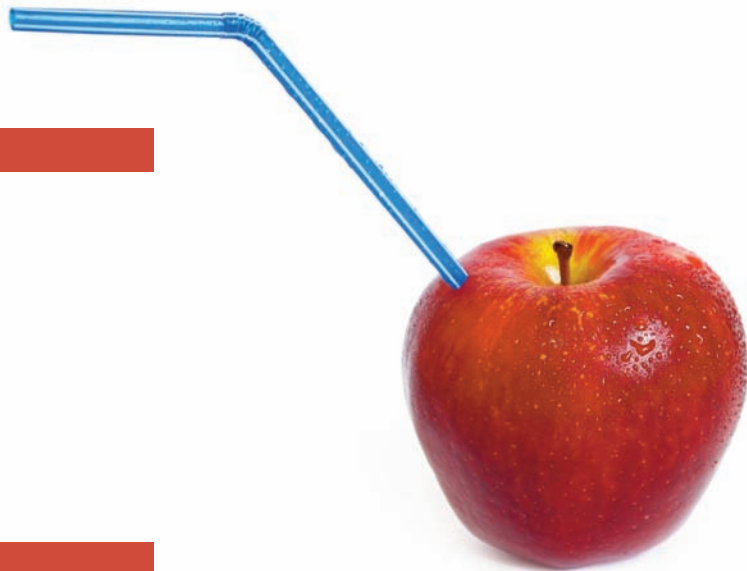
デイリーバイオベーシックス すりきり2杯 (26.4 g)

トリプルプロテインシェイク バニラ味 60cc程度

生のリンゴジュース (透明でないもの) 240~360ml

作り方:

シェイカーカップかブレンダーに入れてよく混ぜてください。



Edeltraud Bihler