

Sharon-Hanf-Shake

Portionen: ca. 4 Portionen

Zeiteinsatz gesamt: ca. 8 min.

Besonderheiten: basisch, glutenfrei, rein pflanzlich, eiweißreich, low Carb, Ballaststoffreich

Zutaten

700ml basisches AktivWasser

80g Hanfsamen

250g Sharonfrucht

200g Banane reif

6-8 Datteln

1-3 Tropfen Lemon (ätherisches Öl von doTERRA)



Alle Zutaten fein mixen und genießen

