XS CREATINE+

KREATIN-SHAKE MIT SCHOKOLADE, KOKOSNUSS UND HIMBEERE



Rezept von **XS Ambassador, Koch Jason Roberts**

XS CREATINE+
Kraft für jede Lebensphase

Kreatin-Shake mit Schokolade, Kokosnuss und Himbeere

Mixgetränk	XS CREATINE+	207 kcal pro Portion	Für 2 Portionen

Zutaten

1 Portion XS Creatine+
1 Portion XS Hydrolysed Whey Protein Powder
1 Tasse Kokosjoghurt
1 Tasse gefrorene Himbeeren
1 Tasse Kokoswasser
1 Esslöffel Chiasamen

Zubereitung

1. Joghurt, Himbeeren, Kokoswasser, Chiasamen, Proteinpulver und Kreatin in einen Mixer geben und glatt pürieren.

2. Den Smoothie in Gläser füllen.

Sofort genießen.

