

# Recept Klub!

A forró nyárban, amikor csak iszunk és iszunk literszámba fog a folyadék, miért ne csábulhatnánk el néha?

A változatosság kedvéért miért ne fogyaszthatnánk el egy nagy pohár jég-hideg, joghurttal vagy tejjel hígított epres shake-et?

Ebben a Recept Klubban az Epres Varázst mutatjuk be telis

tele friss eperrel!



## Hozzávalók:

- 2 ek Epres Tápláló Shake Italtor
- 2,5 dl probiotikus epres joghurt
- 1 gombóc eperfagylalt
- 2-3 szem friss eper

## Elkészítés:

Vegyen 2 evőkanál Epres Tápláló Shake Italtort, keverjen bele 2,5 dl probiotikus epres joghurtot (ha nincs jó a natúr is). Kanalazzon bele egy gombóc eper fagyit, majd adja hozzá a friss eper szemeket.

A díszítésről sem szabad megfeledkezni, tegyen egy szem epret a tetejére!

Jó étvágyat kívánunk hozzá!