

Dranken

Recuperatie sport drank

Voor 2 personen.

Ingrediënten

4 fruit (naar keuze)
1 liter melk (magere)

Bereidingswijze

Blend de magere melk met de stukken fruit naar keuze. Ook magere chocolademelk is een goede recuperatiedrank!

Keukenbenodigdheden

Blender

