

krásně změkly a nasákly omáčkou.
6. Před podáváním nudle ještě dozdobíme klíčky.
TYP JÍDLA: Obědy a večeře
ZPŮSOB PŘÍPRAVY: Syrové
STRAVOVACÍ STYL: Bez laktózy,
Low carb, Vegan, Vegetarian

Autor: Lucie Pospíšilková



Zdravé banánové lívanečky s jahodami

Máte čas pohrát si se snídaní a zkusit něco víc než jen popadnout ovoce, zalít vložky či umíxovat smoothie? Pusťte se do zdravých banánových lívanců. Vynesou vaše chuťové buňky až do nebe!

MNOŽSTVÍ: 2 porce

Ingredience

Na těsto
2 zralé banány
100 ml mandlového mléka
100 g ovesných vloček, rozemletých na moučku
1 lžička prášku do pečiva bez fosfátů
špetka soli
špetka vanilkového prášku
Na dokončení
kokosový olej
javorový sirup
čerstvé ovoce, např. jahody, maliny nebo borůvky

Postup

1. Rozmixujeme ovesné vločky na moučku.
 2. Banány rozmáčkáme pomocí vidličky v hladkou kaši.
 3. Přilijeme mléko a důkladně prošleháme.
 4. Vsypeme ovesnou mouku, prášek do pečiva, špetku soli a vanilkového prášku.
 5. Zpracujeme v řídké těsto.
 6. Smažíme na kapce kokosového oleje.
 7. Rozdělíme na talíře, pokapeme javorovým sirupem a ozdobíme ovocem. Ihned podáváme.
- TYP JÍDLA: Snídaně a svačiny
ZPŮSOB PŘÍPRAVY: Smažení
STRAVOVACÍ STYL: Bez laktózy,
Vegan, Vegetarian

Autor: Lucie Pospíšilková

100% ZHUBNETE !!!

Zaručeně účinná a cenově nejdostupnější krabičková dieta!

4 900,-Kč na měsíc

Volejte: 731 322 904

Nebo pište na email:

info@rozvoz-jidel.com

Jsme zde pro Vás od po-pá,
7:30-15:30

WWW.ROZVOZ-JIDEL.COM



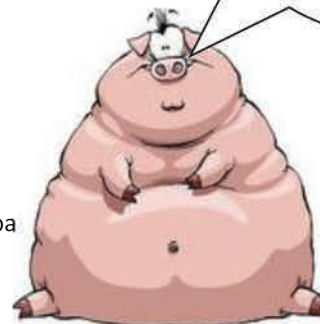
AKCE

Pokud si objednáte krabičkovou dietu na 3 měsíce, získáte poukaz na jízdu v Porsche GT3 nebo Ferrari 458!!!

Stačí zadat do emailu nebo na tel. číslo, ve kterém voze se chcete svést.



5 jídel=
Za den pouze 260,-
Kč
Týden= 1300,- Kč
Měsíc
(nejvýhodněji)=
4900,-Kč



www.rozvoz-jidel.com tel.: 731 322 904

MOŽNOST OBJEDNAT KRABIČKOVOU DIETU I NA CELÝ MĚSÍC (včetně víkendů) ZA 6600,-kč