

OGX FENIX™



ORGANO

REȚETE
de shake

CAFEA CU GHEAȚĂ

1 măsură Mix FENIX vanilie
250 ml Lapte semidegresat
1 plic Cafea Neagră OG
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

CHAI LATTE

1 măsură Mix FENIX vanilie
250 ml Lapte semidegresat
1 plic Ceai Negru Rece OG
2 lingurițe Scorțișoară
1/8 linguriță Ghimbir măcinat
1/8 linguriță Praf de cuișoare
1/8 linguriță Piper măcinat
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

CAFEA MOCHA CU GHEAȚĂ ȘI FRIȘCĂ

1 măsură Mix FENIX ciocolată
250 ml Lapte semidegresat
1 plic Cafea Neagră OG
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

SHAKE DE CIOCOLATĂ

1 măsură Mix FENIX ciocolată
250 ml Lapte semidegresat
1/2 linguriță Esență de vanilie
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

FRUCTE DE PADURE

1 măsură Mix FENIX vanilie
250 ml Lapte semidegresat
1/2 cană Fructe de pădure congelate
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

UNT DE ARAHIDE ȘI BANANE

1 măsură Mix FENIX vanilie
250 ml Lapte semidegresat
1 Banană mică
2 lingurițe Unt de arahide fără adaos de zahăr
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

CHERRY SPICE

1 măsură Mix FENIX vanilie
250 ml Lapte semidegresat
1/2 cană Cireșe congelate
2 lingurițe scorțișoară
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

MANGO ȘI PIERSICI

1 măsură Mix FENIX vanilie
250 ml Lapte semidegresat
1/4 cană Mango congelat
1/4 cană Piersici congelate
3- Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

AMBROZIE

1 măsură Mix FENIX vanilie
250 ml Lapte semidegresat
1/2 linguriță Esență de cocos
1/4 cană Felii de pere
Amestecați în blender și savurați

RĂCORITOR DE PRUNE

1 măsură Mix FENIX vanilie
250 ml Lapte semidegresat
1 prună (fără sămbure)
2 lingurițe suc de lămâie
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați



AROME DE FRUCTE

APPLE

JOY

- 1 măsură Mix FENIX vanilie
 - 250 ml Lapte semidegresat
 - 3 lingurițe Suc de mere fără adaos de zahăr
 - 2 lingurițe Scorțișoară
 - 1/2 linguriță Esență de vanilie
 - 3-5 Cuburi de gheață
- Amestecați în blender și savurați

AFINE ȘI FRIȘCĂ

- 1 măsură Mix FENIX vanilie
 - 250 ml Lapte semidegresat
 - 1/4 cană Afine congelate
 - 1/4 cană Cremă de brânză fără adaos de zahăr
 - 3-5 Cuburi de gheață
- Amestecați în blender și savurați

PINEAPPLE & CHERRY HAPPINESS

- 1 măsură Mix FENIX vanilie
 - 250 ml Lapte semidegresat
 - 1/4 cană Afine congelate
 - 1/2 cană Bucăți de ananas congelat
 - 1/4 cană cireșe
 - 3-5 Cuburi de gheață
- Amestecați în blender și savurați

AROME DE FRUCTE



DELICIU DE MIGDALE

1 măsură Mix FENIX vanilie
250 ml Lapte semidegresat
1/2 linguriță Esență de cocos
1 linguriță Praf de cocos
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

CAFEA MOCHA CU GHEAȚĂ ȘI FRIȘCĂ

1 măsură Mix FENIX ciocolată
250 ml Lapte semidegresat
1 plic Cafea Neagră OG
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

PEPPERMINT STICK

1 măsură Mix FENIX vanilie
250 ml Lapte semidegresat
1/2 cană Căpșune congelate
1/2 linguriță Esență de mentă
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

CINNAMON BLISS

1 măsură Mix FENIX vanilie
250 ml Lapte semidegresat
2 lingurițe scortșoară
1/2 linguriță Esență de vanilie
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

TOUCH OF LEMON

1 măsură Mix FENIX vanilie
250 ml Lapte semidegresat
2 lingurițe Suc de lămâie
1 linguriță Coajă de lămâie
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

PUMPKIN SPICE

1 măsură Mix FENIX vanilie
250 ml Lapte semidegresat
1/3 cană Dovleac la conservă
(fără adaos de sare sau zahăr)
1/8 linguriță Esență de vanilie
1/8 linguriță Scortșoară
1/8 linguriță Nușoară
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

CIOCOLATĂ CU MENTĂ

1 măsură Mix FENIX ciocolată
250 ml Lapte semidegresat
1/2 linguriță Esență de mentă
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

NEBUNIE DE CIOCOLATĂ

1 măsură Mix FENIX ciocolată
250 ml Lapte semidegresat
1/4 linguriță Cremă de brânză fără adaos de zahăr
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

CIREȘE ÎN CIOCOLATĂ

1 măsură Mix FENIX ciocolată
250 ml Lapte semidegresat
1/4 cană Cireșe congelate
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

CIOCOLATĂ & UNT DE ARAHIDE

1 măsură Mix FENIX ciocolată
250 ml Lapte semidegresat
1 linguriță Unt de arahide fără adaos de zahăr
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

EXTRAVAGANȚĂ DIN CIOCOLATĂ GERMANĂ

1 măsură Mix FENIX ciocolată
250 ml Lapte semidegresat
1 linguriță Esență de cocos
3-5 Cuburi de gheață
Amestecați în blender și savurați

Este posibil ca prepararea cu ingrediente suplimentare diferite de laptele semidegresat să nu califice shake-ul ca înlocuitor de mese pentru controlul greutății și poate avea impact asupra obiectivelor dvs. de pierdere în greutate.