



82947235 | © Ildi Papp - shutterstock.com

Erdbeer-Zitronen Shake

Zubereitung

Pürieren Sie die Erdbeeren mit einem Stabmixer und fügen Sie den Zitronensaft hinzu.

Anschließend geben Sie den Fresubin ENERGY Drink Erdbeer-Geschmack sowie Orangensaft, Zucker und Sahne hinzu und mischen alles für ein paar Sekunden.

Füllen Sie den Shake in ein schönes Servierglas.

Tipp

Sie können den Shake auch mit anderen Früchten zubereiten.

Shake

Level ☒ ☐ ☐ ☐



1



3 Min.

Zutaten

200 ml	Fresubin ENERGY Drink Erdbeere*
100 g	Erdbeeren, frisch
80 ml	frischer Orangensaft
4 EL	Zucker
6 EL	Sahne, 30 %
2 TL	Zitronensaft

Nährwerte pro Erdbeer-Zitronen Shake

Energie	717 kcal
Eiweiß	14 g
Fett	31 g
Kohlenhydrate	92 g

* Geschmacksrichtung. Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät). Zum Diätmanagement bei bestehender oder drohender Mangelernährung.

(08.23/SG)