

Schoko-Shake „After-Eight“

Ab 1. Woche

Zutaten (1 Portion):	4	Teebeutel Pfefferminztee
	1 Btl.	Bonvita Schoko-Milch-Shake
	100 ml	fettarme Milch (1,5%)

150 ml sehr starken Pfefferminztee kochen und kalt werden lassen. Aus ca. 1/3 des Tees Eiswürfel zubereiten.

Den restlichen Tee sowie die Milch und das Milch-Shake-Pulver in einem Shaker miteinander vermischen und tüchtig schütteln.

Eiswürfel aus Pfefferminztee hinzufügen.

In ein schönes Glas füllen und mit einem Strohhalm versehen.



Pro Portion: 187 kcal 3,6 g Fett 2,1 BE