

Beauty Elixier: LOW CARB Mango Lassi mit Granatapfel und Vitaluce Q10



Indisch angehauchter Mango Lassi – erfrischend, fruchtig und ein wahres Beauty Elixier dank unserem Geheimitipp welcher antioxydative Eigenschaften aufweist.

Zutaten für 2 Smoothies (ca. 4 dl):

2 Stk.	Mangos, in Stücken
180 g	Jogurt auf Kokosmilchbasis oder Sojajogurt
2 dl	Cashew Milch oder andere Nussmilch
2 EL	Rapunzel weisses Mandelmus
2 EL	Sukrin Ahornsirup
¼ TL	Kardamompulver
¼ TL	Sonnentor Kurkuma
2 EL	Granatapfelkerne

Vitaluce Geheimitipp:

2 Stk. Vitaluce Q10, davon Pulver

Coenzym Q 10 spielt eine wichtige Rolle im Energiestoffwechsel der Zellen und hat antioxidative Eigenschaften.

ZUBEREITUNG

1. Mangos schälen, das Fruchtfleisch um den Kern abschneiden.
2. Alle Zutaten in einen Food Prozessor geben, mixen, bis die Masse homogen und schaumig ist.
3. Vitaluce Kapseln vorsichtig öffnen und Pulver begeben, kurz mixen.
4. In 2 Gläser verteilen, mit etwas Jogurt Granatapfelkernen und Kurkuma garnieren