

# Pink Latte

## Zutaten (Für 1 Person):

- **1 TL** Zitronenthymianblättchen
- **75 g** Rote Beete, gegart
- **2 TL** Rapsöl
- **150 ml** Buttermilch
- **50 g** Almased
- **1 MSp** Zitronenabrieb (Bio)



## Zubereitung

1. Den Thymian im Mixer mit der Roten Bete fein pürieren.
2. Rapsöl, Buttermilch, Almased und Zitronenabrieb zugeben und alles gut vermengen.

1 Portion enthält ca. kJ - 314 kcal - 2,3 BE - 27 g KH - 8 g F - 33 g E - 1,9 g BS

**Zubereitungszeit:** 5 Minuten

\* Die Shakes sollten jeweils mit Ihrer individuellen Portionsmenge zubereitet werden. Hinweise zur Dosierung finden Sie unter "So dosieren Sie Ihren Almased-Shake richtig". Bitte bedenken Sie, dass sich dadurch auch die Nährstoffangaben der Shakes ändern.