

poletni RECEPTI

Super
hrana
Superhrana.si





Kazala

①	<u>Domač poletni sorbet</u>	01
②	<u>Izotonične poletne lučke</u>	02
③	<u>Poletna proteinska smuti skleda</u>	03
④	<u>Poletni pina colada "kolagenski" sladoled</u>	04
⑤	<u>Limonini mafini z jagodami in vanilijevimi proteini</u>	05
⑥	<u>Avokadov after-eight za sijočo kožo</u>	06
⑦	<u>Proteinski mocha tiramisu</u>	07
⑧	<u>Blue ocean smuti skleda</u>	08
⑨	<u>Matcha Affogato</u>	09
⑩	<u>Sadni proteinski "milkshake"</u>	10
⑪	<u>Zamrznjene proteinske jogurtove rezine</u>	11
⑫	<u>Zeleni parfait z jagodami in kolagen boosterjem</u>	12
⑬	<u>Beljakovinski cheesecake kozarček</u>	13
⑭	<u>Stracciatella smuti skleda</u>	14
⑮	<u>Sladoledna kolagenska smoothie skleda</u>	15
⑯	<u>Domač veganski sladoled</u>	16



Domač poletni sorbet

POVEZAVA DO
RECEPTA



ENOSTAVNO &
okusna

SAMO 4
SESTAVINE



1

ZBLENDAMO
DO
GLADKEGA

2

PRELIJEMO
V SKLEDICO
IN POSTREŽEMO
S POLJUBNIMI DODATKI





PREPROSTO & *osvežujoče*

SESTAVINE



LUBENICA



LIMETA



MAGNEZIJ



META

Izotonične *poletne* lučke

POVEZAVA DO
RECEPTA





Poletna proteinska smuti skleda



POVEZAVA DO
RECEPTA



POLNOVREDNO &
zdrava

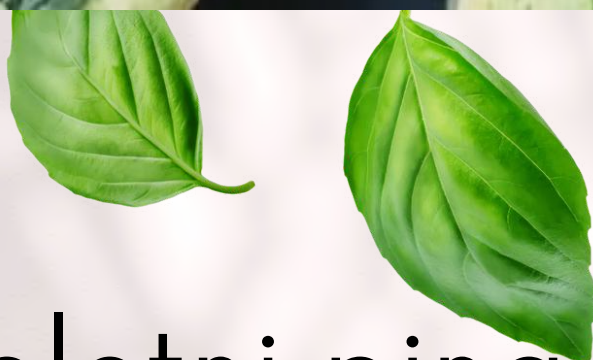


OMEGA 3

VITAMINI IN MINERALI



RASTLINSKI PROTEINI



Poletni pina colada

»kolagenski«
sladoled

POVEZAVA DO
RECEPTA



POSLADEK &

malica

SAMO 5 SESTAVIN



SESTAVINE
ZADOSTUJEJO
ZA 6 LUČK



HITER ČAS
PRIPRAVE

KOLAGEN GRADNIKI





Limonini mafiri z jagodami in vanilijevimi proteini

POVEZAVA DO
RECEPTA



SVEŽE & *prilagojena*



SVEŽE JAGODE

LIMONE



RASTLINSKI PROTEINI



Avokadov after-eight sladoled za sijača kože

POVEZAVA DO
RECEPTA



OSVEŽILNO &

hranilno



VIR
BELJAKOVIN



BREZ DODANIH
SLDAKORJEV

ZDRAVE
MAŠČOBE





SLADKO & *poživljuje*

SAMO 6 SESTAVIN



ENOSTAVNA
PRIPRAVA

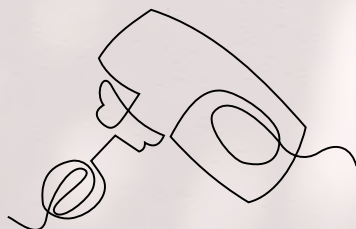
ZA LJUBITELJE
KAVNEGA
OKUSA





Blue ocean smuti skleda

POVEZAVA DO
RECEPTA



NARAVNO & *zdravo*

VSEBUJE:

MODRO
SPIRULINO



KOLAGEN
GRADNIKE



Matcha *Affogato*

POVEZAVA DO
RECEPTA



POŽIVLJAJOČE &
osvežujoče

NEPOGREŠLJIVE
SESTAVINE

MATCHA



RASTLINSKI
PROTEINI





KREMNO &

100% rastlinsko

Sadni proteinski "milkshake"

POVEZAVA DO
RECEPTA

VANILIJEV
"MILKSHAKE"

"MILKSHAKE" Z
OKUSOM
JAGOD



"MILKSHAKE" Z
OKUSOM
BOROVNIC





Zamrznjene proteinske jogurtave rezine

POVEZAVA DO
RECEPTA



SLADKO &
hranljivo

4

SESTAVINE



ENOSTAVNA
PRIPRAVA

RASTLINSKI PROTEINI
Z ZELENJAVO





Zeleni parfait z jagodami in kolagen boosterjem

POVEZAVA DO
RECEPTA

PREPROSTO &
elegantno

KOLAGEN
BOOSTER VSEBUJE:

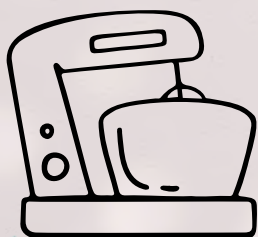


- VITAMIN C,
- ZELENJE V PRAHU
- HIALURONSKO KISLINO
- BIOTIN
- KOKOSOVO VODO



Beljakovinski *cheesecake* kozarček

POVEZAVA DO
RECEPTA



SVEŽE &
kremna

NEPOGREŠLJIVA
SESTAVINA



RASTLINSKE
BELJAKOVINE Z
OKUSOM
JAGODIČEVJA



Stracciatella smuti skleda



POVEZAVA DO
RECEPTA



ČOKOLADNO &
slastno

ENOSTAVNA
PRIPRAVA



1

ZBLENDAMO
DO
GLADKEGA

2

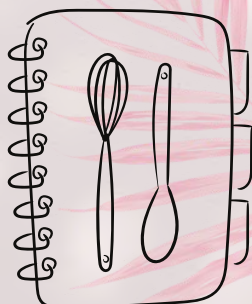
POSTREŽEMO V
SKLEDI





Sladoleдна kolagenska smoothie bowl

POVEZAVA DO
RECEPTA



ZDRAVO &

barvito

KOLAGEN

GRADNIKI VSEBUJEJO:

- HIALURONSKO KISLINO IN BIOTIN
- SPIRULINO IN KODROLISTNATI OHROVT
- EKOLOŠKI VITAMIN C IZ AMLE
- KLJUČNE MINERALE, KI URAVNAVAJO KOLAGEN TIPA I, II, IV IN ELASTIN

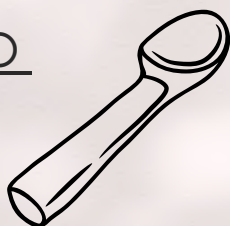


ČAS PRIPRAVE: 5 MINUT



Domač *veganski* sladoled

POVEZAVA DO
RECEPTA



NOSTALGIČNO &
odlična

NEPOGREŠLJIVA
SESTAVINA



BOGAT ČOKOLADNI OKUS
ALKALIZIRANEGA 100% KAKAVA
SPREMENI VAŠE RECEPTE V POEZIJO
OKUSOV, V KATERIH BODO VSI
UŽIVALI.

Slike, izdelki in recepti: Center Moje Zdravje d.o.o., Spletna trgovina **Super-hrana.si**.

Več receptov: **Superhrana Blog**