



Canna-Banana-Shake

Zutaten für ca. 1 Liter CBS:

1-2 x Banane(n),

400 ml Hafer Drink (Natur),

200 ml Kokosmilch (ungesüßt),

1-2 x Teelöffel Hanfprotein,

Ein Stückchen Ingwer,

Ein paar Blätter Babyspinat,

Süßungsmitteloptionen:

Ahorn Sirup, Kokos Blüten Sirup, Agaven Dicksaft.

Optional: Etwas Zimt, Kakao, Chili.

FERTIG! 😊