



ONTSPANNEND *gemakkelijk*

Dankzij de basis van kokoswater, boerenkool en Magnesan Forte plus poeder levert deze smoothie alle belangrijke elektrolyten die je op warme dagen of tijdens het sporten bent verloren.

Smoothie voor 2 personen

- 1 banaan, gepeld en in stukjes
- 1 handsinaasappel, gepeld
- Handje boerenkool
- 250 ml kokoswater
- 1 afgestreken maatlepel Magnesan Forte plus poeder

Voedingswaarde

Energie	251 kcal	
Koolhydraten	48 gram	
Eiwitten	9 gram	
Vetten	2 gram	
Vitamine C	182 mg	223% ADH
Calcium	199 mg	25% ADH
Magnesium	245 mg	65% ADH
Kalium	1755 mg	88% ADH

