

ALOHA PROTEIN SHAKE

Ingredientes:

Rinde: 2 porciones **250 kcal**

- 100 g de piña
- 50 g arándanos azules
- 300 g de yogurt griego
- 100 g de leche descremada
- 20 g germen de trigo
- 10 sobrecitos de Natuvia
- Cubos de hielo al gusto

Preparación:

1. Comenzá por cortar la piña en cubos, eliminando el corazón. Llevá los cubos de piña y los arándanos al congelador.
2. Una vez congeladas, en una licuadora colocá las frutas, el yogurt griego, la leche descremada, el germen de trigo y Natuvia. Colocá algunos cubos de hielo a gusto para dar volumen y textura.
3. Licuá todo muy bien y servilo en vasos de vidrio para que mantengan el frío.