REBUILD STRENGTH SABOR HELADO DE VAINILLA

Yo quiero, tú quieres, todos queremos helado de vainilla. ¡Favorece tu recuperación después del ejercicio y consiente a tu paladar con estas deliciosas recetas!

HERBALIFE24
NUTRICIÓN PARA EL DEPORTISTA 24 HORAS

Batido de recuperación sabor rollos de canela

- 2 medidas de Herbalife24® Rebuild Strength sabor helado de vainilla
- 2 medidas de Formula 1 Sport de Herbalife24® sabor vainilla
- ½ banana de tamaño mediano
- 1 cucharada de pasas
- ½ cucharadita de canela
- 4 mitades de nuez
- 1 taza de agua
- 3 - 5 cubitos de hielo (opcional)

Pon todos los ingredientes en la licuadora y bate hasta lograr una consistencia suave.

420	35 g	52 g
CALORÍAS	PROTEÍNA	CARBOHIDRATOS

8 g	3.5 g
GRASA	FIBRA

Batido cremoso de frambuesa y durazno

- 2 medidas de Herbalife24® Rebuild Strength sabor helado de vainilla
- ¼ taza de queso cottage semidescremado
- 1 durazno mediano en trozos
- ½ taza de frambuesas
- 1 taza de agua fría
- 3 - 5 cubitos de hielo

Pon todos los ingredientes en la licuadora y bate hasta lograr una consistencia suave.

330	34 g	44 g
CALORÍAS	PROTEÍNA	CARBOHIDRATOS

2.5 g	6.5g
GRASA	FIBRA

Batido de recuperación de chocolate y cereza

- 2 medidas de Herbalife24® Rebuild Strength sabor helado de vainilla
- 2 medidas de Formula 1 Sport de Herbalife24® sabor chocolate
- ½ taza de cerezas sin hueso
- 1 taza de agua fría
- 3 - 5 cubitos de hielo

Pon todos los ingredientes en la licuadora y bate hasta lograr una consistencia suave.

325	34 g	42 g
CALORÍAS	PROTEÍNA	CARBOHIDRATOS

2 g	2.5 g
GRASA	FIBRA

Batido Omega de leche con chocolate y cacahuate

- 1 medida de Herbalife24® Rebuild Strength sabor helado de vainilla
- 1 medida de Herbalife24® Rebuild Strength sabor chocolate
- 2 cucharadas de mantequilla de cacahuate en polvo
- 1 cucharada de semillas de lino
- 1 cucharada de semillas de chía
- 1 taza de agua
- 3 - 5 cubitos de hielo (opcional)

Pon todos los ingredientes en la licuadora y bate hasta lograr una consistencia suave.

405	33 g	42 g
CALORÍAS	PROTEÍNA	CARBOHIDRATOS

11.5 g	10.5 g
GRASA	FIBRA

*Certified for Sport® is a registered trademark of NSF International.

© 2019 Herbalife Nutrition. Todos los derechos reservados. EUA. PRD1056828-USSP-00 01/19