

Proteindrik

Produkt	Ingrediensliste	Fremgangsmåde
Proteindrik på sødmælk 	2 dl sødmælk 30 g valleproteinpulver ½ dl piskefløde ½ dl solbærsaft (ufortyndet) eller smoothie	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kom mælkeproduktet i en skål/kande 2. Drys valleproteinpulver over 3. Pisk det godt sammen 4. Lad det stå ca. 5 minutter og pisk igen, derved opløses proteinpulveret helt 5. Tilsæt piskefløde og evt smag (saft/smoothie/nescafe-pulver)
Protein-solskinsdrik 	2 dl kærnemælk 30 g valleproteinpulver ½ dl piskefløde ½ dl solbærsaft (ufortyndet)	
Proteindrik på kakaomælk 	2 dl kakaomælk 30 g valleproteinpulver ½ dl piskefløde Smagen intensiveres med 1 tsk fintmalet nescafe-pulver (lad det stå 5 minutter og opløse)	
Proteindrik på koldskål 	2 dl koldskål 30 g valleproteinpulver ½ dl piskefløde	
Proteindrik på iskaffe 	2 dl wiener iskaffe 30 g valleproteinpulver ½ dl piskefløde Smagen intensiveres med 1 tsk fintmalet nescafe-pulver (lad det stå 5 minutter og opløse)	