

# OGG **X** FENIX™



ORGANO

RICETTE  
PER FRULLATI

## CAFFÈ GHIACCIATO

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1 bustina di caffè nero OG  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## CREMA CAFFÈ GHIACCIATA

1 misurino di FENIX Chocolate Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1 bustina di caffè nero OG  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## CHAI LATTE

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1 bustina di tè nero freddo OG  
2 cucchiaini di cannella  
1/8 cucchiaino di zenzero in polvere  
1/8 cucchiaino di chiodi di garofano in polvere  
1/8 cucchiaino di pepe macinato  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## FRULLATO AL CIOCCOLATO

1 misurino di FENIX Chocolate Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/2 cucchiaino di estratto di vaniglia  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

# A TUTTO BOSCO

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/2 tazza di frutti di bosco misti surgelati  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

# BURRO DI ARACHIDI E BANANA

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1 banana di piccole dimensioni  
2 cucchiaini di burro di arachidi senza zuccheri aggiunti  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

# CILIEGIA SPEZIATA

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/2 tazza di ciliegie dolci surgelate  
2 cucchiaini di cannella  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

# MANGO PESCA

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/4 tazza di mango surgelato  
1/4 tazza di pesche surgelate  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

# AMBROSIA

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/2 cucchiaino di estratto di cocco  
1/4 tazza di fettine di pera  
Mescolare e gustare

# PRUGNA FRESCA

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/3 tazza 1 prugna (senza nocciolo)  
2 cucchiaini di succo di limone  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare



SAPORI ALLA FRUTTA

## GIOIA DI MELE

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
3 cucchiaini di polpa di mela senza zuccheri aggiunti  
2 cucchiaini di cannella  
1/2 cucchiaino di estratto di vaniglia  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## MIRTILLI CON CREMA

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/4 tazza di mirtilli surgelati  
1/4 tazza di formaggio spalmabile senza zuccheri aggiunti  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## FELICITÀ DI ANANAS E CILIEGIE

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/4 tazza di mirtilli surgelati  
1/2 tazza di ananas surgelata a pezzi  
1/4 tazza di ciliegie scure  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

SAPORI ALLA FRUTTA



## DELIZIA AL COCCO

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/2 cucchiaino di estratto di cocco  
1 cucchiaino di cocco in polvere  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## CREMA CAFFÈ GHIACCIATA

1 misurino di FENIX Chocolate Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1 bustina di caffè nero OG  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## FRESCHEZZA DI MENTA

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/2 tazza di fragole surgelate  
1/2 cucchiaino di estratto di menta  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## BEATITUDINE DI CANNELLA

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
2 cucchiaini di cannella  
1/2 cucchiaino di estratto di vaniglia  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## TOCCO DI LIMONE

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
2 cucchiaini di 1 limone medio  
1 cucchiaino di buccia di limone  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## ZUCCA SPEZIATA

1 misurino di FENIX Vanilla Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/3 tazza di zucca  
(senza sale né zuccheri aggiunti)  
1/8 cucchiaino di estratto di vaniglia  
1/8 cucchiaino di cannella  
1/8 cucchiaino di noce moscata  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## CIOCCOLATO ALLA MENTA

1 misurino di FENIX Chocolate Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/2 cucchiaino di estratto di menta  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## FOLLIA AL CIOCCOLATO

1 misurino di FENIX Chocolate Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/4 cucchiaino di formaggio spalmabile senza  
zuccheri aggiunti  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## CILIEGIE RICOPERTE DI CIOCCOLATO

1 misurino di FENIX Chocolate Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1/4 tazza di ciliegie dolci surgelate  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## CIOCCOLATO E BURRO DI ARACHIDI

1 misurino di FENIX Chocolate Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1 cucchiaino di burro di arachidi senza zuccheri aggiunti  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

## EXTRAVAGANZA TEDESCCA AL CIOCCOLATO

1 misurino di FENIX Chocolate Mix  
250 ml di latte parzialmente scremato  
1 cucchiaino di estratto di cocco  
3-5 cubetti di ghiaccio  
Mescolare e gustare

La preparazione con ingredienti aggiuntivi diversi dal latte parzialmente scremato potrebbe far perdere al preparato la sua caratteristica di sostitutivo del pasto per il controllo del peso e avere conseguenze sugli obiettivi di perdita di peso prefissati.