Ricette con Forever Supergreens:

**GREEN POWER PROTEIN MIX**

Combina [FOREVER SUPERGREENS](https://shop.foreverliving.it/forever-supergreens-A340.html?Tag_utente=490000101673)™ con il poterei proteico concentrato e il delizioso sapore di vaniglia di FOREVER ULTRA™ SHAKE MIX per creare un cocktail nutriente incomparabile. La tua fonte energetica mattutina, per poter andare avanti a tutto regime per tutto il giorno!

Hai bisogno dei seguenti ingredienti:

* 180 ml acqua di cocco
* 120 ml di [Forever Aloe Peaches](https://shop.foreverliving.it/forever-aloe-peaches-A276.html?Tag_utente=490000101673) ™
* 1 bustina di [Forever Supergreens](https://shop.foreverliving.it/forever-supergreens-A340.html?Tag_utente=490000101673) ™
* 1 misurino di [Forever Ultra ™ Vaniglia](https://shop.foreverliving.it/forever-lite-ultra-vanilla-A59.html?Tag_utente=490000101673)
* ½ bicchiere di cubetti di ghiaccio

Mescolare o shakerare il tutto. Come tocco finale puoi aggiungere delle scaglie di cocco, una vera delizia!

**GREEN-A-COLADA**

Voi farti deliziare da qualcosa di più esotico? Con questo cocktail Supergreen assaporerai il puro piacere di una giornata di relax a bordo piscina!

Hai bisogno dei seguenti ingredienti:

* 250 ml acqua di cocco
* 120 ml [Forever Aloe Vera Gel ™](https://shop.foreverliving.it/forever-aloe-vera-gel-A274.html?Tag_utente=490000101673)
* 1 bustina [Forever Supergreens ™](https://shop.foreverliving.it/forever-supergreens-A340.html?Tag_utente=490000101673)
* ½ bicchiere di ananas a cubetti

Mescolare o shakerare il tutto e aggiungere dei cubetti di ghiaccio a piacimento.

Consiglio sfizioso: metti una piccola quantità di Forever Bee Honey in un piatto e immergi il bordo del bicchiere. Assicurati che tutto il bordo sia impregnato di miele e quindi immergi il bicchiere in una ciotola con scaglie di cocco.

**Sip of the Season**

Ingredienti:   
- mezza tazza di pezzetti di ananas  
- 240 ml di latte di cocco  
- 120 ml [Aloe Vera Gel Forever](https://shop.foreverliving.it/forever-aloe-vera-gel-A274.html?Tag_utente=490000101673)  
- 1 bustina [Forever Supergreens](https://shop.foreverliving.it/forever-supergreens-A340.html?Tag_utente=490000101673)

Tutto nel frullatore, aggiungendo cubetti di giaccio – e ti gusti una bevanda salutare dissetante e rinfrescante

**Motore verde di proteine** (tradotto molto a modo mio “Mean Green Protein Machine”)

* 180 ml latte di cocco
* 120 ml [Forever Aloe Peaches](https://shop.foreverliving.it/forever-aloe-peaches-A276.html?Tag_utente=490000101673)
* 1 bustina [Forever Supergreens](https://shop.foreverliving.it/forever-supergreens-A340.html?Tag_utente=490000101673)
* 1 misurino [Forever Lite Ultra Vanilla](https://shop.foreverliving.it/forever-lite-ultra-vanilla-A59.html?Tag_utente=490000101673)
* Qualche cubetto di giaccio

Mescolare tutti gli ingredienti con un frullatore o shaker. Come decorazione potete metterci alla fine fiocchi di cocco e un ombrellino da cocktail. Alla vostra salute!   
Può essere utilizzato come sostituto di un pasto da chi vuole perdere peso.

**Booster di banana al burro di arachidi**

* 1 banana
* 1 cucchiaino di burro di arachidi
* 1 bustina di [Forever Supergreens](https://shop.foreverliving.it/forever-supergreens-A340.html?Tag_utente=490000101673)
* 1 misurino di [Forever Ultra Lite Choccolate](https://shop.foreverliving.it/forever-lite-ultra-chocolate-A60.html?Tag_utente=490000101673)
* 240 ml di latte / latte di mandorle / latte di soia o riso
* Mezza tazza di cubetti di giaccio

Mescolare tutto bene e decorare al vostro piacimento. Energetico e nutriente – un pasto completo anche per chi vuole perdere peso!