



Boodschappenlijst

Bosbessen eiwitshake

Voor 1 portie

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 150 gr bosbessen (vers of diepvries) | <input type="checkbox"/> 1 schep vanille-eiwitpoeder (ca. 25 gr) |
| <input type="checkbox"/> 150 gr magere kwark | <input type="checkbox"/> 1 kl gemalen lijnzaad |
| <input type="checkbox"/> 200 ml ongezoete amandelmelk | <input type="checkbox"/> enkele ijsblokjes |

Boodschappenlijst van [kookpot.be](https://www.kookpot.be) · wereldwijd de meest uitgebreide receptensite