

Koktajl arbuzowy (248 kcal).

Idealne źródło odświeżenia w ciepły dzień.

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Wanilia
- 150ml odtłuszczonego mleka
- 2 łyżki niskotłuszczowego jogurtu
- 1 kubek arbuza

Koktajl czekoladowo-babanowy (267 kcal).

Prosty i pyszny koktajl, idealny na śniadanie lub obiad. Możesz także dodać kostki lodu w trakcie miksowania składników – otrzymasz w ten sposób chłodny i orzeźwiający napój!

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Czekolada
- 1 banan
- 250 ml odtłuszczonego mleka
- Kostki lodu (według uznania)

Koktajl egzotyczny (277 kcal).

Delikatny, owocowy i słodki koktajl, który doskonale zaspokoi Twój głód i postawi Cię na nogi.

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Owoce Tropikalne
- 2 łyżki Odżywki Białkowej Herbalife
- ½ średniego banana
- łyżki płatków owsianych
- 250ml niesłodzonego soku pomarańczowego
- 1 jajko

Koktajl orzechowy (220 kcal).

Pyszny orzechowy koktajl pobudzi Twoje zmysły. Smakowity napój, idealny o każdej porze roku.

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Wanilia
- 150ml mleka sojowego
- 2 łyżki niskotłuszczowego jogurtu
- 1 łyżka mielonych orzechów laskowych

Koktajl cynamonowo-gruszkowy (227 kcal)

Pyszny smak świeżych gruszek połączony z cynamonem w smacznym i łatwym do przygotowania koktajlu.

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Wanilia
- 150 ml odtłuszczonego mleka
- 2 łyżki niskotłuszczowego jogurtu
- ½ gruszki ze szczyptą cynamonu

Pikantny koktajl pomidorowy (140 kcal).

Przypraw swój bieżący zestaw koktajli naszą pyszną i oryginalną kompozycją – z pewnością pobudzi Twoje zmysły!

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Wanilia
- 250ml soku pomidorowego
- 2 świeże listki mięty lub bazylii
- 1 szczypta soli z selera
- Tabasco do smaku

Koktajl truskawkowo-ananasowy (252 kcal).

Świeży smak truskawek i ananasa połączone w tym pobudzającym koktajlu z pewnością wzbogacą Twoje menu.

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Truskawka
- 250ml soku z ananasa
- 40g mrożonych truskawek

Koktajl „tornado smaków” (330 kcal).

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Owoce Tropikalne
- 1 porcja niskotłuszczowego jogurtu wiśniowego
- 3 kawałki mango
- 1 łyżeczka startej skórki cytryny
- 100ml soku jabłkowego

Koktajl owocowy (302 kcal).

Ta mieszanka owocowa jest idealna jako odświeżająca przekąska. Prosta i pyszna!

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Truskawka
- 250ml soku z ananasa
- 125ml wody
- 1 banan
- 1 kiwi

Koktajl marchewkowy (284 kcal).

Zanurz się w otchłan smaków z naszym smakowitym koktajlem na bazie klasyki.... Ostry imbir, świeże marchewki i słodkie rodzynki łączą się dając przepyszny koktajl z pełną gamą smaków.

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Wanilia
- 1 średniej wielkości świeża marchewka
- 25g rodzynek
- 1 mały kawałek skrzystalizowanego imbiru
- 100ml niesłodzonego soku pomarańczowego
- 100ml wody

Koktajl kawowy (244 kcal).

Energia kofeiny i czekolady z siłą protein to doskonały sposób na słodki poranek... Latem idealna z kilkoma kostkami lodu.

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Czekolada
- 2 łyżki Odżywki Białkowej Herbalife
- 250ml mleka sojowego
- ½ średniego banana
- 2 łyżeczki kawy rozpuszczalnej
- Szczypta cynamonu

Koktajl sernikowy (201 kcal).

Pyszna alternatywa obiadu, na widok której leci ślinka. Smaki owocowe są idealnie uzupełnione kremowym smakiem serowym. Poczujesz się tak, jakbyś właśnie uległ pokusie!

- 1 łyżka Formuły 1 Herbalife Wanilia
- 1 łyżka Formuły 1 Herbalife Truskawka
- 30g niskotłuszczowego twarożku
- 125 ml odtłuszczonego mleka

Koktajl pomidorowy 2 (268 kcal).

Nieoczekiwane połączenie wanilii i pomidora daje prawdziwe doznania smakowe. Na bazie zupy pomidorowej, wanilia dodaje nieco słodkości przywodzącej na myśl suszone pomidory dojrzewające na słońcu, migdały dają lekki posmak, a pieprz cayenne nadaje całości diabelski akcent. Masz odwagę spróbować?

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Wanilia
- 150ml zupy pomidorowej
- 1 łyżeczka oczyszczonych migdałów
- 1 łyżeczka pieprzu Cayenne

Koktajl czekoladowo-gruszkowy (352 kcal).

Niektóre rzeczy są po prostu tak pyszne, że musisz się nimi podzielić. Ten mus jest właśnie jedną z tych rzeczy! Zmieszaj i pozostaw w lodówce na noc, a rano będziesz zaskoczony rezultatem – pysznie kremowy mus czekoladowy z całą słodczą gruszki.

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Czekolada
- 1 puszka gruszek
- 2 białka
- 100 ml odtłuszczonego mleka

Koktajl bananowo-ananasowy (479 kcal).

Idealny wybór prawdziwych sportowców! Bogaty w odżywcze kalorie, wysokoenergetyczny i pyszny koktajl tropikalny. Koktajl Formuła 1 oraz Odżywka Białkowa Formuła 3 pomagają w tworzeniu masy mięśniowej w ramach programu fitness.

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Wanilia
- 2 łyżki Odżywki Białkowej Herbalife
- 1 mały banan
- 5 plasterów ananasa
- 250 ml mleka owczego

Koktajl z muesli (530 kcal).

Zacznij dobrze dzień i uzupełnij poziom energii tym zdrowym koktajlem – w końcu śniadanie to najważniejszy posiłek dnia!

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Wanilia
- 100g muesli
- 1 porcja niskotłuszczowego jogurtu malinowego
- 250 ml odtłuszczonego mleka
- 1 łyżka dżemu malinowego

Koktajl orzechowy z daktylami (374 kcal).

Batonik czekoladowy z orzechami i owocami w szklance! Pyszna kombinacja z mlekiem sojowym, uzupełniającym zawartość białka.

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Czekolada
- 2 łyżki Odżywki Białkowej Herbalife
- 3 daktyle
- 4 połówki orzechów włoskich
- 250 ml mleka sojowego

Koktajl morelowo-daktylowy (328 kcal).

Idealny koktajl z rozcieńczonego soku owocowego dający natychmiastowy zastrzyk energii. Poczuj odświeżenie i chęć do działania dzięki zdrowemu połączeniu energetyzujących suszonych owoców i odświeżającego soku owocowego.

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Wanilia
- 2 łyżki Odżywki Białkowej Herbalife
- 150ml niesłodzonego soku pomarańczowego
- 1 łyżeczka mielonych migdałów
- 3 suszone morele
- 100ml wody
- 3 daktyle

Koktajl owocowy z mango (374 kcal).

Orzeźwiający koktajl o kuszącym tropikalnym smaku. Jego kremowa konsystencja to rozkosz!

- 2 łyżki Formuły 1 Herbalife Owoce tropikalne
- 2 łyżki Odżywki Białkowej Herbalife
- 1 średnie mango
- 200 ml odtłuszczonego mleka