

Gesündeste Nutella

1 Avocado (reif)

2 - 3 Datteln

30 gr Proteinpulver (Schokogeschmack)

80 ml Milch

2 Löffel von der Ballaststoffmischung

2 EL ungesüsten Kakao

Datteln zerkleinern und dann alles vermischen und sämig rühren.

ca. 2-5 Tage haltbar im Kühlschrank

