



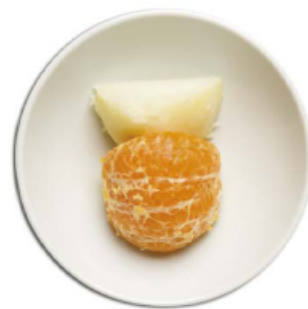
### 異想不到的絕妙新口味

#### 營養成份

- ◆ 熱量：約155大卡
- ◆ 脂肪：約1.4公克
- ◆ 蛋白質：約13.1公克
- ◆ 碳水化合物：約22.4公克



nutrition  
club



### 異想不到的絕妙新口味

#### ◆ 食材：

1. 營養蛋白混合飲料巧餅口味1份
2. 橘子50公克
3. 馬鈴薯25公克

#### ◆ 作法：

1. 馬鈴薯削皮後蒸熟
2. 橘子剝皮後取50公克(約1/6顆)
3. 將食材2、3與200毫升的水用果汁機打勻
4. 將食材1與300毫升的水加入果汁機中快打5秒即可