

מיכל של כ-420 גרם ערכים

150 קלוריות 20 גרם חלבון

ערכים ל-100 גר': 35 קלוריות, 5 גר חלבון

MIX&EAT

לאכול בלי להרגיש עם

## גלידת חמאת בוטנים היסטורית! הטעם ממכר, מפוצצת חלבון ודלה בקלוריות/שומן

בהכנה בקרימי הקפאה 24 ש' מראש

בהכנה בבלנדר: מוכן לאכילה מיידית ללא הקפאה

המצרכים



10\* גר'

אינסנט פודינג  
וניל לייט  
(2 כפות שטוחות)



17 גר'

אבקת חלבון בטעם  
וניל/וניל עוגיות/קרמל  
(3 כפות שטוחות)



13 גר'

אבקת חמאת  
בוטנים לייט  
(4 כפות שטוחות)



20 גר'

סוכר חום  
ללא קלוריות  
(2 כפות)



280\*\* מ"ל

חלב שקדים  
אלפרו  
(כוס + 4 כפות)



80 מ"ל

סירופ  
באטרסקוטש  
(שליש כוס)



1/2 כפית

קסנטאן גאם  
\*\* רק בהכנה בבלנדר



1/2 כפית

תמצית וניל  
או 6 טיפות טעם טובי

\*ניתן להמיר לאינסנט פודינג שוקולד לייט או כף שטוחה אחת של קקאו/אבקת שוקו, ויתקבל טעם מעט יותר שוקולדי

\*\*בהכנה בבלנדר, ללא מכשיר הקרימי, יש להשתמש רק ב-160 מ"ל חלב (2/3 כוס)

ויש להוסיף 230 גרם קרח שזה כ-30 קוביות קטנות או 20 גדולות, וכמובן את הקסנטאן גאם

Powered by

LinorLab

© 2023 LinorLab Ltd

www.linorlab.com

**מי** שמכין בקרימי, מכניס למיכל הייעודי, מערבב ומכניס להקפאה ל-24 שעות. רק למחרת מכינים לאכילה: הערבול למחרת הוא על פונקציית גלידה לייט. מספיק לחלוטין ערבול אחד.



**בהכנה** ללא מכשיר הקרימי, מכינים בכל בלנדר, וההכנה היא לאכילה מיידיית ללא הקפאה. מכניסים לבלנדר את כל המצרכים כמובן עם הקרח והקסנטאן גאם, וכמות מופחתת של החלב ככתוב, אך ללא אבקת החלבון ואבקת חמאת הבוטנים, וטוחנים כדקה. אם צריך, עוצרים באמצע וממשיכים. חשוב שתהיה טחינה לפחות של דקה, להשגת נפח, גובה ומרקם.



**עוצרים** את הבלנדר ומוסיפים את אבקת החלבון ואבקת חמאת הבוטנים וטוחנים עוד כדקה. מומלץ לעצור אחרי 30 שניות, להמתין כמה רגעים ולהפעיל שוב בחזרה. וזהו, מוכן לאכילה מיידיית!

יש לכם שאלה? כתבו לי

[contact@linorlab.com](mailto:contact@linorlab.com)



Powered by

**LinorLab**

© 2023 LinorLab Ltd

[www.linorlab.com](http://www.linorlab.com)