

OG **X** FENIX™



ORGANO

RECEITAS
DE BATIDOS

CAFÉ COM GELO

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
1 saqueta Café Preto OG
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

CREME MOCHA COM GELO

1 colher Mix FENIX de Chocolate
250 ml Leite meio gordo
1 saqueta Café Preto OG
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

CHAI LATTE

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
1 saqueta Ice Tea Preto OG
2 colheres de chá Canela
1/8 colher chá Gengibre moído
1/8 colher chá Cravo-da-índia em pó
1/8 colher chá Pimenta moída
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

BATIDO DE CHOCOLATE

1 colher Mix FENIX de Chocolate
250 ml Leite meio gordo
1/2 colher chá Extrato de baunilha
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

VERY BERRY

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
1/2 chávena Bagas sortidas congeladas
3-5 Cubos de gelo

Misture e Desfrute

MANTEIGA DE AMENDOIM e BANANA

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
1 Banana pequena
2 colheres chá Manteiga de amendoim sem adição de açúcar
3-5 Cubos de gelo

Misture e Desfrute

ESPECIARIA DE CEREJA

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
1/2 chávena Cerejas pretas doces congeladas
2 colheres de chá Canela
3-5 Cubos de gelo

Misture e Desfrute

MANGA E PÊSSEGO

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
1/4 chávena Manga congelada
1/4 chávena Pêssego congelado
3-5 Cubos de gelo

Misture e Desfrute

AMBRÓSIA

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
1/2 colher chá Extrato de coco
1/4 chávena Rodelas de pera

Misture e Desfrute

AMEIXA REFRESCANTE

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
1/3 chávena 1 Ameixa picada
2 colheres chá Sumo de 1 limão médio
3-5 Cubos de gelo

Misture e Desfrute



SABORES FRUTADOS

ALEGRIA DE MAÇÃ

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
3 colheres chá Polpa de maçã sem adição de açúcar
2 colheres chá Canela
1/2 colher chá Extrato de baunilha
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

MIRTILOS E CREME

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
1/4 chávena Mirtilos congelados
1/4 chávena Queijo creme sem adição de açúcar
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

FELICIDADE DE ANANÁS E CEREJA

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
1/4 chávena Mirtilos congelados
1/2 chávena Rodelas de ananás congelado
1/4 chávena Cerejas pretas
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

SABORES FRUTADOS



DELÍCIA DE AMÊNDOA

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
1/2 colher chá Extrato de coco
1 colher de chá Coco em pó
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

VARA DE HORTELÃ- PIMENTA

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
1/2 chávena Morangos congelados
1/2 colher chá Extrato de hortelã-pimenta
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

TOQUE DE LIMÃO

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
2 colheres chá 1 limão médio
1 colher chá Casca de limão
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

CREME MOCHA COM GELO

1 colher Mix FENIX de Chocolate
250 ml Leite meio gordo
1 saqueta Café Preto OG
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

FELICIDADE DE CANELA

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
2 colheres de chá Canela
1/2 colher chá Extrato de baunilha
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

TEMPERO DE ABÓBORA

1 colher Mix FENIX de Baunilha
250 ml Leite meio gordo
1/3 Chávena Abóbora enlatada
(sem adição de sal nem açúcar)
1/8 colher chá Extrato de baunilha
1/8 colher chá Canela
1/8 colher chá Noz-moscada
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

CHOCOLATE E MENTA

1 colher Mix FENIX de Chocolate
250 ml Leite meio gordo
1/2 colher chá Extrato de hortelã-pimenta
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

LOUCURA DE CHOCOLATE

1 colher Mix FENIX de Chocolate
250 ml Leite meio gordo
1/4 colher chá Queijo creme sem adição de açúcar
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

CEREJAS COBERTAS DE CHOCOLATE

1 colher Mix FENIX de Chocolate
250 ml Leite meio gordo
1/4 chávena Cerejas pretas doces congeladas
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

A preparação com ingredientes adicionais que não o leite meio gordo pode não qualificar o batido como substituto de refeição para o controlo do peso e pode ter impacto nos seus objetivos de perda de peso.

CHOCOLATE E MANTEIGA DE AMENDOIM

1 colher Mix FENIX de Chocolate
250 ml Leite meio gordo
1 colher chá Manteiga de amendoim sem adição de açúcar
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute

EXTRAVAGÂNCIA DE CHOCOLATE ALEMÃ

1 colher Mix FENIX de Chocolate
250 ml Leite meio gordo
1 colher chá Extrato coco
3-5 Cubos de gelo
Misture e Desfrute