

- Chinese Geneeskunst (acupunctuur)
- Orthomoleculaire Geneeskunde
- Esthetische Behandelingen & gewichtsbeheersing

Chocolade Brownie (2 porties)

Benodigdheden:

1 zakje Chocolade Straight away shake, 1 Loco choco crunch reep, 12 eetlepels water.

Werkwijze:

Meng de inhoud van het zakje met de 8 eetlepels water en de in kleine stukjes gebroken reep in een vuurvast kommetje en meng goed door elkaar. Plaats het geheel 1,5 minuut in de magnetron op 900Watt en klaar is deze smaak sensatie!!



Muffin

Benodigdheden:

1 zakje vanille Straight away shake (of iedere andere smaak), 7 eetlepels water beetje kaneelpoeder

Werkwijze:

Meng de inhoud van het zakje met de 5 eetlepels water in een vuurvast kommetje en meng goed door elkaar. Plaats het geheel 1 minuut in de magnetron op 900Watt. Bestrooi met wat kaneel en klaar is uw overheerlijke muffin!



Havermout pannenkoek

Benodigdheden:

1 zakje havermout Straight away, 1 ei, 150 ml water, beetje olijfolie.

Werkwijze:

Meng water, ei en het zakje havermout goed door elkaar. Verwarm een beetje olijfolie in de koekenpan en giet het havermoutbeslag in de pan. Laat op een zacht vuurtje stollen en draai de pannenkoek om! nog 1 minuutje doorbakken op een laag vuurtje en smullen maar!!!



- Chinese Geneeskunst (acupunctuur)
- Orthomoleculaire Geneeskunde
- Esthetische Behandelingen & gewichtsbeheersing

Latte Machiatto

Benodigdheden:

1 zakje Café noir shake Straight away, 100 ml warme magere melk, 150 ml warm water, 1 kop sterke koffie of 1 theelepel oploskoffie.

Werkwijze:

Verwarm de melk en het water en doe dit samen met de koffie in de blender. Voeg hieraan het zakje Café noir toe en meng het geheel goed. Schenk in een mooi hoog glas en geniet van deze overheerlijke Latte Machiatto!



Caramel koekjes

Benodigdheden:

1 reep Caramel Straight away.

Werkwijze:

Verwarm de oven voor op 180C. Snijd de reep in kleine stukjes en leg dit op een bakplaat. Schuif de bakplaat in de voorverwarmde oven voor 4 minuten, daarna is het genieten van een heerlijke traktatie bij een kopje koffie of thee.



Warme Choco

Benodigdheden:

1 zakje chocolade shake Straight away, 100 ml warme magere melk, 150 ml warm water.

Werkwijze:

Verwarm de melk en het water en doe deze in een blender. Voeg het zakje chocolade shake toe en meng het geheel goed. Het resultaat is een heerlijke, schuimige warme chocolademelk!

