

Bevanda alla rosa e fragola

Ingredienti per 1 frullato

- 1 busta di **Glycosade®** (60g)
- 150 ml bevanda vegetale di cocco o alla mandorla senza zuccheri aggiunti
- 6 gocce di idrolato di rosa (acqua di rosa alimentare)
- 2 cucchiai di sciroppo al gusto fragola senza zuccheri (ad esempio Sciroppo Fragola Zero+ 560 ml Toschi)

Preparazione

1. Versare la bevanda vegetale di cocco o mandorla, lo sciroppo e l'idrolato di rosa in uno shaker.
2. Aggiungere la busta di **Glycosade®** e mescolare fino a quando la polvere non sarà ben diluita.
3. Versare il contenuto in un bicchiere.

Consigli. Per una diluizione più efficace del **Glycosade®**, utilizzare un frullatore a tazza (blender). Versare nel boccale prima i liquidi e poi la polvere.



Per ricetta

Energia	233 kcal
Proteine	0,2 g
Carboidrati	53 g
Di cui zuccheri	0,1 g
Lipidi	1,8 g
Fibre	0 g