

OG **X**FENIX™



ORGANO

ΣΥΝΤΑΓΕΣ
ΡΟΦΗΜΑΤΩΝ

ΠΑΓΩΜΕΝΟΣ ΚΑΦΕΣ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1 φακελάκι Μαύρου καφέ OG
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΣΧΑΙ ΛΑΤΕ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1 φακελάκι Μαύρο Ice Tea OG
2 κ. γλ. κανέλα
1/8 κ. γλ. τριμμένο τζίντζερ
1/8 κ. γλ. σκόνη γαρύφαλλου
1/8 κ. γλ. τριμμένο πιπέρι
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΠΑΓΩΜΕΝΗ ΚΡΕΜΑ ΜΟΚΑΣ

1 κουταλιά Μίγμα σοκολάτας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1 φακελάκι Μαύρου καφέ OG
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΜΙΛΚΣΕΪΚ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

1 κουταλιά Μίγμα σοκολάτας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/2 κ. γλ. εκχύλισμα βανίλιας
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΕΝΤΟΝΑ ΜΟΥΡΑ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/2 κούπα παγωμένα ανάμεικτα μούρα
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΦΥΣΤΙΚΟΒΟΥΤΥΡΟ & ΜΠΑΝΑΝΑ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1 μικρή μπανάνα
2 κ. γλ. φυστικοβούτυρο χωρίς πρόσθετη ζάχαρη
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΠΙΚΑΝΤΙΚΟ ΚΕΡΑΣΙ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/2 κούπα παγωμένα μαύρα γλυκά κεράσια
2 κ. γλ. κανέλα
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΜΑΝΓΚΟ ΡΟΔΑΚΙΝΟ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/4 κούπας παγωμένο μάνγκο
1/4 κούπας παγωμένα ροδάκινα
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΑΜΒΡΟΣΙΑ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/2 κ. γλ. εκχύλισμα καρύδας
1/4 κούπας φέτες αχλαδιού
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΔΡΟΣΙΣΤΙΚΟ ΔΑΜΑΣΚΗΝΟ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/3 της κούπας 1 δαμάσκηνο (χωρίς
κουκούτσι)
2 κ. γλ. χυμό λεμόνι
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΓΕΥΣΕΙΣ ΦΡΟΥΤΩΝ



ΑΠΟΛΑΥΣΗ ΜΗΛΟΥ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
3 κ. γλ. σάλτσα μήλου χωρίς πρόσθετη ζάχαρη
2 κ. γλ. κανέλα
1/2 κ. γλ. εκχύλισμα βανίλιας
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΜΥΡΤΙΛΑ ΚΑΙ ΚΡΕΜΑ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/4 κούπας παγωμένα μύρτιλα
1/4 κούπας τυρί κρέμα χωρίς πρόσθετη ζάχαρη
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΕΥΤΥΧΙΑ ΑΠΟ ΑΝΑΝΑ & ΚΕΡΑΣΙ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/4 κούπας παγωμένα μύρτιλα
1/2 κούπα κομμάτια παγωμένου ανανά
1/4 κούπας μαύρα κεράσια
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΓΕΥΣΕΙΣ ΦΡΟΥΤΩΝ



ΑΠΟΛΑΥΣΗ ΑΜΥΓΔΑΛΟΥ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/2 κ. γλ. εκχύλισμα καρύδας
1 κουτ. σούπας σκόνη καρύδας
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΠΑΓΩΜΕΝΗ ΚΡΕΜΑ ΜΟΚΑΣ

1 κουταλιά Μίγμα σοκολάτας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1 φακελάκι Μαύρου Καφέ OG
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΜΠΑΣΤΟΥΝΑΚΙ ΑΓΡΙΟΔΥΟΣΜΟΥ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/2 κούπα παγωμένες φράουλες
1/2 κ.γλ. εκχύλισμα αγριοδυόσμου
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΕΥΤΥΧΙΑ ΚΑΝΕΛΑΣ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
2 κ. γλ. κανέλα
1/2 κ. γλ. εκχύλισμα βανίλιας
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΑΓΓΙΓΜΑ ΛΕΜΟΝΙΟΥ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
2 κουτ. σούπας χυμό λεμονιού
1 κουτ. σούπας ζύσμα λεμονιού
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΠΙΚΑΝΤΙΚΗ ΚΟΛΟΚΥΘΑ

1 κουταλιά Μίγμα βανίλιας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/3 κούπας κολοκύθα κονσέρβα
(χωρίς πρόσθετο αλάτι ή ζάχαρη)
1/8 κ. γλ. εκχύλισμα βανίλιας
1/8 κ. γλ. κανέλα
1/8 κ. γλ. μοσχοκάρυδο
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΣΟΚΟΛΑΤΑ & ΑΓΡΙΟΔΥΟΣΜΟ

1 κουταλιά Μίγμα σοκολάτας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/2 κ.γλ. εκχύλισμα αγριοδυόσμου
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΣΟΚΟΛΑΤΑ & ΦΥΣΤΙΚΟΒΟΥΤΥΡΟ

1 κουταλιά Μίγμα σοκολάτας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1 κουτ. σούπας φυστικοβούτυρο χωρίς πρόσθετη ζάχαρη
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΤΡΕΛΑ ΓΙΑ ΣΟΚΟΛΑΤΑ

1 κουταλιά Μίγμα σοκολάτας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/4 κ. γλ. τυρί κρέμα χωρίς πρόσθετη ζάχαρη
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΓΕΡΜΑΝΙΚΗ ΓΙΟΡΤΗ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

1 κουταλιά Μίγμα σοκολάτας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1 κ. γλ. εκχύλισμα καρύδας
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

ΚΕΡΑΣΙΑ ΚΑΛΥΜΜΕΝΑ ΜΕ ΣΟΚΟΛΑΤΑ

1 κουταλιά Μίγμα σοκολάτας FENIX
250 ml ημίπαχο γάλα
1/4 κούπας παγωμένα μαύρα γλυκά κεράσια
3 – 5 παγάκια
Αναμίξτε και Απολαύστε

Αν γίνει προετοιμασία με επιπλέον συστατικά εκτός από ημίπαχο γάλα το ρόφημα μπορεί να καταστεί μη κατάλληλο για αντικατάσταση γεύματος για απώλεια βάρους και μπορεί να έχει επίπτωση στους στόχους απώλειας βάρους.