

Vanille

Banana-Vanilla-Shake

150ml Milch*
100ml Naturjoghurt
½ Banane
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Spanische Tomate

250ml Tomatensaft
1 kleine Karotte geraspelt
½ Zitrone gepreßt
5 Tropfen Sojaöl
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Apple Pie Shake

250ml Milch*
1 kleiner Apfel
1 Prise Muskat
½ Teelöffel Zimt
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Kräuter-Shake

100g Naturjoghurt
Zwiebel und Schlangengurke
(püriert), mit Wasser auf 250ml
auffüllen
Petersilie, Schnittlauch, Salz,
Pfeffer
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Quarkspeise

250g Magerquark
frischer Obstsaft
etwas Zitronensaft
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Pfirsich-Milchshake

250ml Milch*
1 Teelöffel
Weinbrandextrakt
½ Pfirsich
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Buttermilch-Shake

180ml Buttermilch
70ml Johannisbeersaft
etwas Zitronensaft
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Buttermilch-Müsli-Shake

200ml Buttermilch
1 Eßlöffel Haferflocken
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Karottensaft-Shake

Kräuterquark

100g Naturjoghurt
150g Magerquark
Schlangengurke, Zwiebel(beides
püriert)
Basilikum, Petersilie, Schnittlauch,
Salz, Pfeffer, einen Spritzer
Zitronensaft
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Zabajone-Shake

250ml Orangensaft
1 Eßlöffel Cappuccino
Vanille
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Pina Colada

250ml Milch*
Ananasstücken
½ Teelöffel
Kokosnussextrakt
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Apfel-Vanille-Creme

250g Apfelmus
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

New Zealand Kiwi Shake

250ml Orangensaft
2 Kiwi
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Tomaten-Shake

150ml Wasser
100ml Tomatensaft oder 250ml
Tomatensaft
2 Eßlöffel Herbalife Vanille
würzen mit Tabasco oder Sangrita

Cocos-Traum-Shake

250ml Milch*
50g Kokosjoghurt
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Weihnachtsshake

2 Eßlöffel Nussjoghurt
250ml Milch*
2 Eßlöffel geriebene Nüsse oder
Mandeln
2 Eßlöffel Herbalife Vanille
etwas Zimt

Rote-Beete-Shake

250ml Milch*

Zitronen-Shake

250ml Milch*
50g Zitronenjoghurt
2 Eßlöffel Herbalife
Vanille
etwas Zitronensaft

Pfirsich-Maracuja-Shake

250ml Milch*
50g Pfirsichjoghurt
2 Eßlöffel Herbalife
Vanille

Möhren-Shake

150ml Milch*
100ml Möhrensaft
2 Eßlöffel Herbalife
Vanille
(besonders für
Kleinkinder oder
Babys)

Zitronenquark

125g Zitronenjoghurt
125g Magerquark
2 Eßlöffel Herbalife
Vanille

Aprikosen-Shake

250ml Aprikosen
Joghurt
2 Eßlöffel Herbalife
Vanille

Lemon-Shake

200ml Orangensaft
50g Zitronenjoghurt
2 Eßlöffel Herbalife
Vanille

Karamel-Pralinen

200gr Herbalife Vanille
50gr Kaba-Kakao
50ml Pfirsich-
Bananen-Saft
Butter-Vanille-Aroma

Kokos-Pralinen

200gr Herbalife Vanille
100g Kokosflocken
50ml Ananas-Saft
Zitronenguß & Streusel
zum Verzieren

150ml Karottensaft
1 gepreßte Orange
1 gepreßte Zitrone
1 kleiner Apfel oder Apfelsaft
½ Banane
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Rote Beete aus dem Glas nach
Geschmack
2 Eßlöffel Herbalife Vanille

Schoko

Schoko-Minz-Shake

240ml Wasser
ein Schuß Pfefferminz-konzentrat
4-6 Eiswürfel
2 Eßlöffel Herbalife Schoko

After-Eight-Shake

250ml Milch*
20g Zartbitter Schokolade
2-3 Fishermen´s Friend
Mint-Geschmack
4 Eiswürfel
2 Eßlöffel Herbalife Schoko (nur mit
Mixer)

Bounty-Shake

125ml Milch*
125ml Kokosmilch
2 Eßlöffel Herbalife Schoko

Schoko-Nuß

250ml Milch*
10 Nüsse
1 Eßlöffel Sesam-Körner
1 Eßlöffel Speise-Hirse
1 Teelöffel Zimt
2 Eßlöffel Herbalife Schoko

Schoko-Eis

100ml Milch*
2 Eßlöffel Herbalife Schoko
ca. 2 Std. ins Gefrierfach

Birnen-Müsli

150ml Milch*
1 Birne in Stücken
1 Eßlöffel Haferflocken
2 Eßlöffel Herbalife Schoko

Schoko-Bananen-Quark

150ml Milch*
2 Eßlöffel Magerquark
½ Banane in Stücken
2 Eßlöffel Herbalife Schoko

Schoko-Kirsch-Shake

250ml Milch*
20g Kirschen
2 Eßlöffel Herbalife
Schoko

Schoko-Saft-Shake

250ml Orangensaft
½ Banane
etwas Zitronensaft
2 Eßlöffel Herbalife
Schoko

Schoko-Birnen-Shake

250ml Milch*
2 Eßlöffel Birnenjoghurt
2 Eßlöffel Herbalife
Schoko
½ weiche Birne

Haselnuß-Pralinen

200gr Herbalife Schoko
100gr Haselnußkerne
50ml Apfelsaft
Bitter-Mandel-Aroma

Schwarzwälder Kirsch

200ml Milch*
50g Kirschjoghurt
2 Eßlöffel Herbalife
Schoko

Mandel-Pralinen

200gr Herbalife Schoko
100gr Mandeln
75ml Apfelsaft
Rosinen, Backaroma
Rum

Marzipan-Pralinen

250gr Herbalife Schoko
125gr Marzipan
75ml Apfelsaft

Schoko-Bananen-Shake

250ml Milch*
1 Banane
2 Eßlöffel Herbalife Schoko

Kokos-Schoko-Shake

250ml Milch *
2 Eßlöffel Kokosraspeln
2 Eßlöffel Herbalife Schoko

Apfel-Schoko-Shake

250ml Wasser
½ Apfel
2 Eßlöffel Herbalife Schoko
Schoko-Nuss-Shake
250ml Nussjoghurt
2 Eßlöffel Herbalife Schoko

Nussini-Shake

250 ml Milch*
50g Nußjoghurt
2 Eßlöffel Herbalife Schoko

Cappucino-Shake

250 ml Milch*
2 Teelöffel Instantkaffee oder
Kaffee
2 Eßlöffel Herbalife Schoko oder
Vanille

Sojapudding Schoko

150g Sojapudding Schoko
100g Naturjoghurt
2 Eßlöffel Herbalife Schoko

Erdbeer

Sommer-Impression

150ml Milch*
100ml Guavensaft
15ml Kirschsafte
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Erdbeer-Aprikose

250ml Wasser
5-6 frische Erdbeeren
1 frische reife Aprikose
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Orangen-Komfort-Shake

250ml Orangensaft
2 Eßlöffel Naturjoghurt
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Multi-Frucht-Shake

250ml Multi-Vitamin-Saft
2 Eßlöffel Kevir oder Joghurt
½ Kiwi, ½ Apfel
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Erdbeer-Früchtetraum

250ml Orangensaft
2 Eßlöffel Erdbeer-Joghurt
4-6 frische Erdbeeren
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Tutti-Frutti-Shake

125ml Multivitamin-saft
125ml Orangensaft
10 Nüsse
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Früchte-Müsli

100ml Milch*
½ Orange
½ Apfel in Stücken
1 Eßlöffel Haferflocken
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Erdbeere-Fit

250ml Buttermilch
10 frische Erdbeeren
1 Schuß Orangensaft
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Pink Dream

250ml Orangensaft
50-100g Brombeeren
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Dschungel-Shake

250ml Orangensaft
50ml Wasser
1 Banane
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Zitronen-Shake

250ml Mineralwasser
1 Eßlöffel Zitronensaft
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Heidelbeer-Shake

250ml Orangensaft
50g Heidelbeerjoghurt
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Erdbeer-Kiwi-Cocktail

250ml Milch*
etwas Zitronensaft
3-4 Erdbeeren
1 Kiwi
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Erdbeer-Orange-Banane

200ml Orangensaft
50g Erdbeerjoghurt
1 pürierte Banane
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Erdbeer-Eis

100ml Milch*
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer
ca. 2 Std. ins Gefrierfach

Kilo-Zauber-Shake

250ml Orangensaft
2 Eßlöffel Kevir oder Joghurt
50g Johannisbeeren
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Orangen-Apfel-Shake

250ml Orangensaft
2 Eßlöffel Naturjoghurt
½ Apfel
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Erdbeerquark

125g Erdbeerjoghurt
125g Magerjoghurt
frische Erdbeeren
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Erdbeer-Komfort-Shake

250ml Orangensaft
2 Eßlöffel Erdbeer-Joghurt
½ Apfel
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Herbalife Früchte-Traum

250ml Milch*
50g gemischte Früchte
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Früchte-Becher

100ml Milch*
100g Magerquark
½ Banane
1 Kiwi in Stücken
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Mexican Shake

250ml Blutorangensaft
Orangenfilets
2 Eßlöffel Herbalife Erdbeer

Tropic

Melon Tropic

250ml Punica Melon-Tropic Saft
2 Eßlöffel Herbalife Tropic

Ananas-Kokos-Shake

250ml Ananassaft
etwas Kokosflocken
2 Eßlöffel Herbalife Tropic

Melon-Tropic II

200ml Multivitaminensaft
50g Naturjoghurt
Honigmelone (püriert)
2 Eßlöffel Herbalife Tropic

Apfel-Tropic-Shake

250ml Apfelsaft
1 pürierten Apfel
2 Eßlöffel Herbalife Tropic

Kirsch-Beeren-Shake

240ml Preiselbeersaft
150g gefr. Sauerkirschen
2 Eßlöffel Herbalife Tropic

Mixed

Gartenquark

100g Naturjoghurt
150g Magerquark
Radieschen, Porree, Tomate,
Zwiebel (alles püriert)
Basilikum, Salz, Pfeffer
einen Spritzer Zitronensaft
Je 1 Eßlöffel Herbalife Erdbeer
und Vanille

Sojapudding Praline

150g Sojapudding Caramel oder
Praline
100g Naturjoghurt
je 1 Eßlöffel Herbalife Schoko und
Vanille

Cappuccino-Amaretto

250ml Milch*
1 Eßlöffel Cappuccino
Amaretto
je 1 Eßlöffel Herbalife Schoko
und Vanille

Dialog Erdbeer, Vanille & Schoko

100ml Buttermilch
150g Biojoghurt
je 1 Eßlöffel Herbalife Vanille,
Erdbeer, Schokolade

Cappuccino-Joghurt

75mg Cappuccino Joghurt
150ml Milch*
je 1 Eßlöffel Herbalife
Schoko und Vanille

* Am besten verwenden Sie Soja- oder Reismilch.