

Herbalife Rezepte mit Wasser

Mit Formula 1 Vanille

- **Mocca-Dream:** 150ml Bohnenkaffee, 100ml Wasser, etwas Sahne
- **Früchte-Shake:** 1/2 Banane, 1/4 Apfel, 7-8 Trauben, 6 Erdbeeren, 200ml Wasser
- **Erdbeer-Shake:** 200ml Wasser, 200g Erdbeeren
- **Himbeer-Shake:** 200ml Wasser, 200g Himbeeren
- **Nessel-Shake:** 50ml Brennnesselsaft, 50ml Orangensaft, 50ml Aprikosensaft, 100ml Wasser

Mit Formula 1 Schokolade

- **Mark's Melon:** 250ml Wasser, frische Mango, frische Melone, Eiswürfel
- **Cappuccino-Amaretto-Shake:** 200ml Wasser, Cappuccinopulver, 2cl Amaretto, Zimt

Mit Formula 1 Erdbeer

- **Erdbeer-Shake:** 200ml Wasser, 200g Erdbeeren
 - **Himbeer-Shake:** 200ml Wasser, 200g Himbeeren
 - **Susan's Strawberry:** 250ml Wasser, 1 Tasse Erdbeeren, 1 reife Aprikose, Eiswürfel
-

Herbalife Rezepte mit Saft

Mit Formula 1 Vanille

- **Alexander's Orange:** 250ml frisch gepresster Orangensaft, Eiswürfel

Mit Formula 1 Schokolade

- **Schoko-Juice-Light-Shake:** 150ml Wasser, 100ml Obstsaft
- **Birnen-Shake:** 1 Birne, 150ml Apfelsaft, 1 Schuss Joghurt oder Milch
- **Himbeer-Razzmatz:** 200ml Ananassaft, 50g Himbeeren, 1/2 Banane

Mit Formula 1 Erdbeer

- **Fruchtsaft-Shake:** 250ml ungesüßter Fruchtsaft
- **Bananen-Maracuja-Shake:** 150ml Wasser, 100ml Maracujasaft, 1/2 Banane
- **Orangen-Frucht-Shake:** 250ml Orangensaft, 1 kl. Pfirsich, 2 Aprikosen, 1 Kiwi, 1/1 Banane
- **Erdbeer-Orangen-Shake:** 250ml Orangensaft, 1 Teel. Ananassaft, 4-5 frische Erdbeeren
- **Mexican:** 150 ml Blutorangensaft, 100ml Orangenjoghurt, Orangenfilets
- **Erdbeer-Bananen-Shake:** 175ml Wasser, 75ml Orangensaft, 3 Erdbeeren, 1/2 Banane
- **Erdbeer-Ice-Shake:** 250ml Fruchtsaft und eine Kugel Vanilleeis
- **Erdbeer-Kirsch-Shake:** 250ml Kirschsaf, frische Erdbeeren
- **Orangen-Slush-Shake:** 150ml Orangensaft, 12 Eiswürfel

Herbalife Rezepte mit Milch

Mit Formula 1 Vanille

- **Bananenmilch:** 1/2 Banane, 250ml fettarme Milch
- **Vanille-Beeren-Kaltschale:** 1/2 Banane, Zitronensaft, Sauerrahm, 150ml Milch, Beeren

Mit Formula 1 Schokolade

- **Nuß-Shake:** 1Eßl. gem. Haselnüsse oder Kokosflocken, 250ml fettarme Milch

Mit Formula 1 Erdbeer

- **Erdbeermilch:** frische Erdbeeren, 250ml fettarme Milch, 1 Kugel Vanilleeis
- **Erdbeer-Kiwi-Cocktail:** Erdbeeren, 1 Kiwi, Zitronensaft, 250ml Buttermilch, Mineralwasser

Herbalife Rezepte mit Quark

Mit Formula 1 Vanille

- **Himbeerquark:** 100g Quark, 50g Himbeerjoghurt, 50g Himbeeren, 50g Himbeersauce
- **Obsttraum:** 250g Magerquark, frisches Obst, Zitronensaft
- **Zitronenquark:** 150g Quark, 100g Zitronenjoghurt

Mit Formula 1 Schokolade

- **Schoko-Quark-Müsli:** 250g Magerquark, etwas Milch, 1 Eßl. Müsli, 1 Eßl. Honig
- **Nuß-Quark:** 100g Quark, 100g Joghurt, 50g Nußcreme
- **Schoko-Bananen-Quark:** 50g Quark, 150ml fettarme Milch, 1/2 Banane in Stücke

Mit Formula 1 Erdbeer

- **Erdbeer-Quark:** 250g Exquisa-Früchte-Quark (0,2% Fett), mit etwas Milch wird es cremiger