

# Sempre é hora de se manter a boa forma

Não sair da linha durante as férias é uma tarefa difícil. Mas com as novas e deliciosas receitas de seu shake Herbalife pode ser mais fácil do que você imagina. Deleite-se e ofereça a seus convidados qualquer um destes saborosos e saudáveis shakes e aproveite a temporada sem aqueles quilinhos a mais.

## Shake Egnog

- 2 colheres de sopa de Shake Baunilha
- 300 ml de leite semidesnatado
- 1/2 colher de café de extrato de baunilha
- 1/4 colher de chá de canela em pó
- 1-2 pitadas de noz-moscada
- 2-3 pedras de gelo (opcional)

Misture todos os ingredientes e bata até ficar homogêneo.

## Shake de Banana e Pêssego

- 2 colheres de sopa de Shake Frutas Tropicais ou Baunilha
- 250 ml de leite semidesnatado
- 1/2 pêssego em calda diet
- 1 banana
- Uma pitada de canela
- 2-3 pedras de gelo (opcional)

Misture todos os ingredientes e bata até obter uma mistura homogênea. Enfeite com pauzinhos de canela, se desejar.

## Chocolate Fortificado

- 2 colheres de sopa de Shake Chocolate
- 250 ml de leite semidesnatado
- 2 colheres de sopa do pó de proteína Protein Powder
- 3 morangos picados
- Chá ShapeWorks™ sabor Framboesa, opcional

Misture todos os ingredientes e bata até obter uma mistura homogênea. Acrescente uma colher de sopa do Chá ShapeWorks™ sabor Framboesa para dar um sabor exótico, se desejar.

**Caso não goste ou seja intolerante ao leite de vaca, substitua-lo por leite de soja.**

