

## Black Detox Smoothie



### Nährwerte

135  
kcal

3g  
Fett

6g  
Protein

7g  
KH

### Zubereitung

1. Alle Zutaten in einen Mixer geben und ca. 5 Minuten pürieren, bis sich die Aktivkohle vollständig aufgelöst hat.
2. Kalt stellen oder sofort servieren.

### Zutaten

- 2 EL fitmeals Xylit
- 4 EL Zitronensaft
- 4 EL fitmeals Chia Samen
- 2 TL Aktivkohle
- 400 ml Wasser
- 150 g gefrorene Blaubeeren