



# ÚŽASNÉ OVESNÉ VLOČKY PŘES NOC S POMERANČEM A GOJI

## INGREDIENCE

- ½ šálku ovesných vloček
- 1 porce prášku Collagen+ rozpuštěná ve 2–3 lžících teplé vody (+/- 35 ml)
- ½ sklenice mléka (100 ml) nebo jeho neslazené rostlinné alternativy (například mandlové mléko)
- 1 lžice bobulí goji
- 1 lžička chia semínek
- 5 mandlí
- 3 kapky vanilkového extraktu

### Návrh

*Tento recept je velmi dobrý také s pár kousky grapefruitu a opraženou cizrnou.*

## NA JEDNU PORCI

- Připravte si svou oblíbenou sklenici s víčkem.
- Do sklenice vložte všechny suché ingredience (ovesné vločky, goji, chia semínka a mandle).
- Zalijte polovinou sklenice mléka nebo vaší oblíbené rostlinné alternativy.
- Přidejte 3 kapky vanilkového extraktu.
- Všechny přísady promíchejte lžící a zavřete sklenici víčkem.
- Vložte sklenici do lednice a nechte přes noc odležet.
- Ráno rozpusťte sáček prášku Collagen+ ve 2–3 lžících teplé vody (+/- 35 ml).
- Roztok Collagen+ přidejte do sklenice a jemně promíchejte lžící, aby se všechny ingredience spojily. Pokud je textura příliš suchá, přidejte trochu mléka a/nebo teplé vody.
- Ihned spotřebujte.\*

\* Abyste z prášku Collagen+ získali co nejvíce výhod, měli byste jej konzumovat ihned po rozpuštění.

BEAUTY  
FOCUS **COLLAGEN +**

[www.nuskin.com](http://www.nuskin.com)

Beauty Focus Collagen+ je doplněk stravy vyvinutý k doplnění běžné stravy. Důležitá je pestrá, vyvážená strava a zdravý životní styl a doplněk stravy by neměl být používán jako náhrada pestré stravy. Nepřekračujte doporučené denní dávkování (pouze 1 sáček denně). Je třeba poznamenat, že denní dávka odpovídá množství, u kterého bylo prokázáno, že při každodenním užívání po dobu alespoň čtyř měsíců podporuje mladistvý vzhled pleti. Tyto recepty by neměly být prezentovány způsobem, který by mohl být vykládán jako výživová nebo zdravotní tvrzení. Seznam veškerých registrovaných ochranných známek v regionu EMEA najdete ve slovníku ochranných známek na [www.nuskin.com](http://www.nuskin.com).