



## SEMARAKKAN HARI ANDA DENGAN RESIPI YANG PADAT DENGAN PROTEIN INI

### APAM PISANG PROTEIN

#### BAHAN-BAHAN

- 1 paket Minuman Kocak Pengganti Sajian BodyKey (Coklat)
- 1 paket Minuman Kocak Pengganti Sajian BodyKey (Cafe Au Lait)
- 1 skup Minuman Protein Soya Nutrilite
- 1 skup Minuman Campuran Protein Soya Nutrilite (Beri Campuran)
- 160g tepung naik sendiri
- 200g susu rendah lemak
- 1 sk serbuk penaik
- 2 biji telur gred A
- 80g gula perang
- 140g pisang – dikupas

#### KAEDAH

1. Campurkan semua bahan kering dan ayak.
2. Masukkan susu dan pisang dalam pemproses makanan dan kisar dengan menekan butang 'pulse' untuk menghancurkan pisang.
3. Masukkan bahan kering dan telur dan kisar (pulse) sehingga adunan menjadi pekat. (Jangan kisar adunan terlalu lama).
4. Seterusnya, letakkan acuan kertas ke dalam cawan logam dan tuang adunan sehingga penuh.
5. Kukus kira-kira 10 minit dengan api besar.  
Pilihan: Hidangkan dengan kelapa parut.



HIDANGAN  
UNTUK  
2 HINGGA 3



### JUS STRAWBERI PROTEIN

#### BAHAN-BAHAN

- 200g strawberi segar, dibuang tampuknya
- 1 skup Minuman Protein Soya Nutrilite
- 1 skup Minuman Campuran Protein Soya Nutrilite (Beri Campuran)
- 8g (1 hidangan) Nutrilite PhytoPOWDER Cherry
- 500g kiub ais
- 300ml air

#### KAEDAH

1. Kisar semua bahan dan hidangkan sejuk.  
Benar-benar menyegarkan!