

# Café glacé au shake de protéines!

- Shake de protéines et café glacé dans le même breuvage parfait des sportifs!



PORTIONS  
2

## Ingrédients :

- 2 tasses (500 ml) de glace
- 3/4 de tasse (190 ml) de **lait d'amandes**
- 1 tasse (250 ml) de café froid
- 1 banane congelée coupée en rondelles
- 1 cuillère (scoop) de **protéines à la vanille ou au chocolat.**

## Préparation :

1. Mettre tous les ingrédients dans le mélangeur.
2. Bien mélanger jusqu'à ce que la glace soit brisée.

“ *Les amateurs de café glacé et d'entraînement vont trouver un compromis parfait pour l'été dans ce délicieux breuvage... :)*

Merci d'imprimer ma recette! Passez le message que vous l'avez prise sur ChefCuisto.com :)