



Smoothie

**Ingrediënten**

125 ml groentesap  
10 gr chiazaad  
10 gr hennepzaad  
1 tl tarwegraspoeder

## Groene bodymix

**Bereiding**

1. Giet 125 ml groentesap in de blender en voeg er 10 g chiazaad, 10 g hennepzaad en 1 tl tarwegraspoeder aan toe.
2. Mix alles goed en verdun het mengsel indien nodig met wat lauw bronwater.

**Zin in meer?**

Onze heerlijke recepten vind je terug op [www.purasana.be](http://www.purasana.be) of in ons boek **Become A Super Food Chef**.