

RECETARIO

NUTRIZ^{NE} by NUTRILITE™

ESTAS RECETAS FUERON ELABORADAS ESPECIALMENTE PARA TI
COMO ALTERNATIVAS **SALUDABLES, DELICIOSAS Y VARIADAS**,
PARA QUE LAS INCLUYAS EN TU ALIMENTACIÓN DIARIA COMO
**PARTE DE LOS REFRIGERIOS, MERIENDAS O COMIDAS
PRINCIPALES.** DE ESTA FORMA, PODRÁS DISFRUTAR DE LOS
BENEFICIOS NUTRICIONALES DE LOS PRODUCTOS DE NUTRILITE,
DE UNA FORMA **FÁCIL, PRÁCTICA Y AGRADABLE.**





TROPICALÍSIMA



NUTRIZONE
by NUTRILITE™

TROPICALÍSIMA ¡RELÁJATE Y DISFRUTA!

NUTRILITE®
By Amway

Aporta fibra soluble
con excelentes
beneficios para el
bienestar, ayudando
a disminuir la
absorción de
azúcares y grasas.

1 SOBRE DE NUTRI FIBER NUTRILITE*

REGISTRO SANITARIO: SD2007-0000061

1 ½ TAZA
DE AGUA
DE COCO

1/2 MANZANA
VERDE
(Refrescante por
excelencia)

½ TAZA
DE ESPINACA
(En el mejor de los casos Berza)
(AL GUSTO)



1 RODAJA
DE PIÑA
CONGELADA
(Fuente de carotenoides)

HIELO
AL GUSTO

½ CDTA. DE
SEMILLAS DE CHÍA
(Fuente de omega 3 muy
potente en el reino vegetal y
efectivo para controlar la
circulación sanguínea)

BENEFICIOS

La bebida está diseñada para después de un
momento relajante en el spa o al salir de la piscina.

INGREDIENTES

FRUCTOSA
O MIEL
O ESTEVIA

MODO DE PREPARACIÓN:

Colocar en la licuadora todos los ingredientes y licuar por 40 segundos. Servir frío. Decorar con trocitos de coco y piña.

232 Kcal

#AmwayColombia #Nutrilite #VivoNutrizone #SomosMás #BienestarÓptimo

*ESTOS PRODUCTOS SON SUPLEMENTOS DIETARIOS, NO SON MEDICAMENTOS Y NO SUPLEN UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA.



A collage of images featuring several halves of ripe peaches with vibrant red flesh and dark red pits, set against a background of whole and partially visible golden-brown oats and barley grains.

ACTIVATE NUTRILITE



NUTRIZONE
by NUTRILITE™

ACTÍVATE NUTRILITE

 **NUTRILITE**
By Amway

INGREDIENTES

**1 CUCHARA SOPERA
COLMADA DE
PROTEÍNA VEGETAL
NUTRILITE**

REGISTRO SANITARIO: RSIA01130411



**1 TAZA DE
LECHE
DESCREMADA**



**FRUCTOSA
O MIEL
O ESTEVIAS
(AL GUSTO)**

**1 UNIDAD GRANDE DE
DURAZNO O MELOCOTÓN**



**5 UNIDS.
DE ALMENDRAS**



MODO DE PREPARACIÓN:

Colocar en la licuadora todos los ingredientes y licuar por 40 segundos. Servir frío. Decorar con melocotones y hojas de hierbabuena.

273 Kcal

#AmwayColombia #Nutrilite #VivoNutrizone #SomosMás #Bienesta rÓptimo



GELATINA PHYTOPOWDER



by NUTRILITE™

GELATINA PHYTOPOWDER

NUTRILITE
By Amway



**2 CUCHARADAS
(O 2 SOBRES)**

2 VASOS DE AGUA

**2 SOBRES
DE GELATINA
SIN SABOR**

MODO DE PREPARACIÓN:

Disolver los dos sobres de gelatina sin sabor en $\frac{1}{2}$ vaso de agua, calentar hasta que disuelvan completamente; dejar reposar y cuando esté a temperatura ambiente, agregar a la mezcla anterior el vaso y medio de agua donde está disuelto el sabor de PhytoPOWDER™ de su elección. Llevar a refrigerar. Consumir dentro de las siguientes 24 horas. Servir sola o con fruta.

Receta elaborada por el Embajador Nutrilite Dr. Daniel Loboguerrero

55 Kcal

#AmwayColombia #Nutrilite #VivoNutrizone #SomosMás #BienestarÓptimo



MUFFINS NUTRISNACK

NUTRIZ^{NE}
by NUTRILITE™

MUFFINS NUTRISNACK

INGREDIENTES

1/3 DE TAZA DE ACEITE VEGETAL

1/2 CUCHARADITA DE SAL

1 ½ TAZAS DE HARINA DE TRIGO

2 UNIDADES DE HUEVOS

1 CUCHARADITA DE POLVO PARA HORNEAR

1/3 DE TAZA DE ARÁNDANOS (DESHIDRATADOS)



3/4 DE TAZA DE AZÚCAR



¼ DE TAZA DE NUECES PICADAS

1/2 TAZA DE PROTEÍNA VEGETAL NUTRILITE

REGISTRO SANITARIO: RSIA01130411

4 UNIDADES DE BANANO (EN TAJADAS)



MOLDE PARA MUFFINS



MODO DE PREPARACIÓN:

Precalentar el horno a 350 °C, engrasar un molde para muffins. En un tazón grande, tamizar la harina, Proteína Vegetal Nutrilite, bicarbonato de sodio, polvo de hornear, azúcar y sal. En un tazón pequeño, macerar los bananos junto con los huevos y el aceite. Agregar la mezcla húmeda a la mezcla seca y revolver hasta que se incorporen todos los ingredientes. Añadir las nueces y arándanos secos. Colocar la mezcla en 10 moldes para muffins y hornear por 20 - 25 minutos o hasta que al introducir un cuchillo en la mezcla este salga seco.

10 PORCIONES

359 KCAL/PORCIÓN



VERDE BIENESTAR



NUTRIZONE
by NUTRILITE™

VERDE BIENESTAR ¡SIÉNTETE FABULOSA!

INGREDIENTES

Aporta **fibra soluble** con excelentes beneficios para el bienestar, ayudando a **disminuir la absorción de azúcares y grasas**.

**1 SOBRE DE
NUTRI FIBER
NUTRILITE***

REGISTRO SANITARIO: SD2007-0000061

**½ VASO DE
AGUA FRÍA**

**½ MANZANA
VERDE**

(Fuente de vitamina A)



**1 HOJA
DE ESPINACA**
(Fuente de vitamina A)

**¼ DE CDTA.
DE JENGIBRE
RALLADO**

(Para obtener los beneficios de sus fitonutrientes)

**HIELO
AL GUSTO**

**1 CDA.
DE JUGO DE LIMÓN**
(Refuerza el sistema de defensas)

BENEFICIOS

Licuado que aporta fitonutrientes de la gama de los colores blancos y verdes con hierro y vitamina C, nutrientes que ayudan a reforzar el sistema inmune y las defensas del organismo.

MODO DE PREPARACIÓN:

Colocar en la licuadora todos los ingredientes y licuar por 40 segundos. Servir frío. Decorar con rodajas de limón.

97 Kcal

#AmwayColombia #Nutrilite #VivoNutrizone #SomosMás #BienestarÓptimo

*ESTOS PRODUCTOS SON SUPLEMENTOS DIETARIOS, NO SON MEDICAMENTOS Y NO SUPLEN UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA.



MIX FRUTAL



NUTRIZONE
by NUTRILITE™

MIX FRUTAL

INGREDIENTES

1 CUCHARA SOPERA
COLMADA DE
PROTEÍNA VEGETAL
NUTRILITE

REGISTRO SANITARIO: RSIA01130411

½ UNIDAD
DE BANANO



4 UNIDADES
DE FRESA



1 TAJADA
DE PIÑA



1 TAZA DE
LECHE
DE SOYA



MIEL
O ESTEVIAS
O FRUCTOSA
(AL GUSTO)

MODO DE PREPARACIÓN:

Licuar 1 taza (240 ml) de leche de soya más 1 medida de Proteína Vegetal Nutrilite más ½ banano, 4 fresas y 1/2 tajada de piña. Agregue hielo al gusto. Decorar con trozos de piña en triángulos.

291 Kcal



NUTRILITE VITAL



NUTRIZONE
by NUTRILITE™

NUTRILITE VITAL

NUTRILITE
By **Amway**

1 CUCHARA SOPERA
COLMADA DE
PROTEÍNA VEGETAL
NUTRILITE

REGISTRO SANITARIO: RSIA01130411

5 UNIDADES
DE NUECES

1 CUCHARADA DE
SALVADO
DE TRIGO



INGREDIENTES

1 TAZA DE
LECHE
DESCREMADA

MIEL
O ESTEVIAS
O FRUCTOSA
(AL GUSTO)

10 UNIDADES DE
UVAS MORADAS

1 VASO DE 300 mL

245Kcal

MODO DE PREPARACIÓN:

A una taza de leche descremada agregar 1 cucharada de Proteína Vegetal Nutrilite, 1 cucharada de salvado de trigo, 10 uvas moradas, 5 nueces y fructosa, y miel o estevia al gusto.

#AmwayColombia #Nutrilite #VivoNutrizone #SomosMás #BienestarÓptimo



ICE POPS



NUTRIZ^{ONE}
by NUTRILITE™

ICE POPS

INGREDIENTES

 NUTRILITE
By Amway

1/2 CDA. DE MIEL



FRUTAS
AL GUSTO, CORTADAS EN
PEQUEÑAS PORCIONES

1 CUCHARA SOPERA
COLMADA DE
PROTEÍNA
VEGETAL
NUTRILITE

REGISTRO SANITARIO: RSIA01130411

1 VASO
DE YOGUR
LÍQUIDO
SIN SABOR

MODO DE PREPARACIÓN:

Licuar la miel, la proteína y el yogur líquido. Colocar sobre la base del molde para paletas 1 capa de trocitos de fruta y agregar parte de la mezcla. Agregar otra capa de fruta picada y terminar de llenar con la mezcla. Dejarlos congelar y degustar.

195 Kcal



RECUPERACIÓN ACTIVA



NUTRIZONE
by NUTRILITE™

RECUPERACIÓN ACTIVA

INGREDIENTES

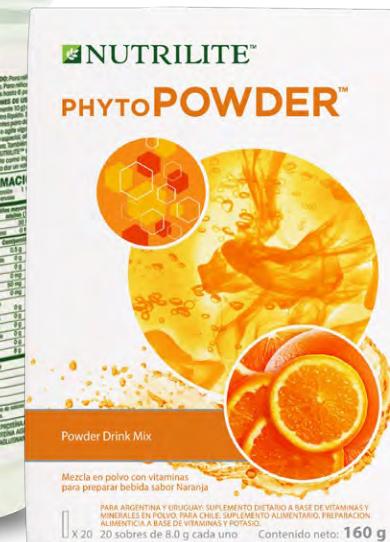
**1 CUCHARA SOPERA
COLMADA DE
PROTEÍNA VEGETAL
NUTRILITE**

REGISTRO SANITARIO: RSIA01130411

**½ UNIDAD
DE BANANO**



240 mL DE AGUA



**1 CUCHARA SOPERA RASA
O 1 SOBRE 8 G DE
PHYTOPOWDER
NARANJA**

MODO DE PREPARACIÓN:

Licuar 1 taza (240 mL) de agua más 1 medida de Proteína Vegetal Nutrilite, más 1 medida de PhytoPOWDER™ Naranja, más ½ banano. Agregue hielo al gusto. Decorar con trocitos de cáscara de naranja.

105 Kcal



MANZANA PIÑA



NUTRIZONE
by NUTRILITE™

MANZANA PIÑA

¡SATISFACCIÓN EXTRA!

**1 CUCHARA SOPERA COLMADA DE
PROTEÍNA VEGETAL
NUTRILITE**

REGISTRO SANITARIO: RSIA01130411

**½ TALLO
DE APIO**



**½ MANZANA
VERDE**



**FRUCTOSA O
MIEL O ESTEVIA
(AL GUSTO)**

INGREDIENTES

**1 SOBRE DE
NUTRI FIBER
NUTRILITE***

REGISTRO SANITARIO: SD2007-0000061

**½ VASO DE
AGUA FRÍA**



**HIELO
AL GUSTO**

**1 RODAJA
DE PIÑA
CONGELADA**

BENEFICIOS

La fibra de los ingredientes naturales y la proteína generan sensación de saciedad para disminuir el impulso de consumo excesivo de calorías vacías (azúcares y grasas).

MODO DE PREPARACIÓN:

Colocar en la licuadora todos los ingredientes y licuar por 40 segundos. Servir frío. Decorar con trocitos de piña.

152 Kcal

#AmwayColombia #Nutrilite #VivoNutrizone #SomosMás #BienestarÓptimo

*ESTOS PRODUCTOS SON SUPLEMENTOS DIETARIOS, NO SON MEDICAMENTOS Y NO SUPLEN UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA.

*ESTE PRODUCTO ES UN ALIMENTO.



LICUADO GRIEGO



NUTRIZONE
by NUTRILITE™

LICUADO GRIEGO

 NUTRILITE
By Amway

INGREDIENTES

1 CUCHARA SOPERA
COLMADA DE
PROTEÍNA VEGETAL
NUTRILITE

REGISTRO SANITARIO: RSIA01130411

½ UNIDAD
DE BANANO



10 UNIDADES
DE FRESA



1 VASO DE
YOGUR GRIEGO
NATURAL



JUGO DE 2 UNIDADES
DE NARANJA

MODO DE PREPARACIÓN:

Licuar ½ banano, 10 fresas, el jugo de 2 naranjas, 1 yogur griego natural y 1 medida de Proteína Vegetal Nutrilite.

105 Kcal

#AmwayColombia #Nutrilite #VivoNutrizone #SomosMás #BienestarÓptimo