

IZBERI LOKALNO SADJE

KIVI prehranska vlaknina

Kivi je bogat vir prehranskih
vlaknin.



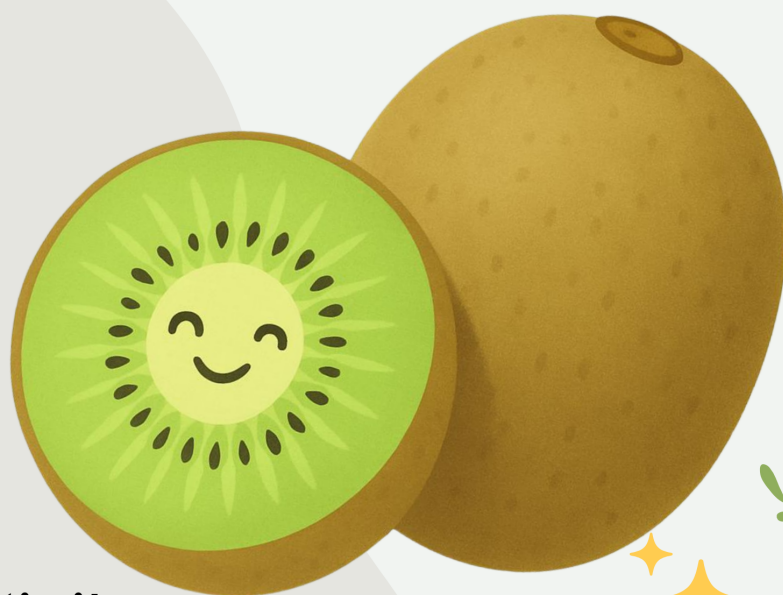
3 g / 100 g živila

vitamin C

prispeva k zmanjševanju
utrujenosti in izčrpanosti



**UTRUJENOST IN
IZCRPANOST**



Poskrbi
za pestro in
uravnoteženo
prehrano ter zdrav
način življenja.

IZBERI LOKALNO SADJE

RECEPT

MUESLI S KIVIJEM

SESTAVINE



- ovseni kosmiči
- banana
- kivi
- mandlji
- kefir



PRIPRAVA

1. Kivi in banane olupimo in narežemo.
2. Mandlje seseklamo.
3. Dodamo kefir in ovsene kosmiče ter postrežemo kot kašo za zajtrk.

VEČ NA



NASVET:

Zorenje kivija pospešimo, če poleg kivija v zaprto posodo ali vrečko damo tudi jabolka.