

C L E A N S E *by bohobär*

Starta februari månad med tre hela dagar fullproppade med god och hälsosam mat och dryck. En kickstart som hjälper dig att börja 2021 lite mer hälsosamt.

I paketet ingår (3 dagar):
Frukost, lunch & middag
Rawtreat
Färskpressad juice
Hälsoshot
Hemgjort färskt te
(+ Två överraskningar)

Boka senast: 29/1
Upphämtning: 31/1, 14.00-15.00 (Övre Furuskogsvägen 27)
Leverans: 31/1, 15.00-16.00 (45kr inom GBG stad)
Pris: 1500kr

M E N Y

DAG 1

- Shot av ingefära & matcha.
- Frukost: Smoothiebowl med kokosmjölk, ananas & banan. Toppad med hemgjord granola, nötter, hemgjord nutella, hallon & blåbär.
- Juice med selleri, spenat, mynta & gurka.
- Lunch: Powerplant sallad med grönkål, rostad sötpotatis, belugalinser, soltorkad tomat, groddar, quinoa, avokado & hummus.
- Rawtreat: Snickersbites.
- Färskt te med rosmarin, citron & honung.

- Middag: Poké Bowl med marinerad lax, rött ris, sojaböner, mango, sjögräs, chili-/vitlökskräm, soja & vårlök.

DAG 2

- Spirulinashot.

- Frukost: Bananpannkakor, kokosgrädde, lönnsirap, jordnötssmör & bär.

- Juice med rödbeta, citron & chili.

- Lunch: Soppa på butternutpumpa, kokosmjölk, fröknäcke & basilikasallad.

- Rawtreat: Passionsfruktsrutor.

- Färskt te med timjan & ingefära.

- Middag: Palak tofu med spenat, vitlök, hemgjord mangochutney & vildris.

DAG 3

- Shot med aktiverat kol.

- Frukost: Chiapudding med kokos, kakao, hallon & mynta.

- Apelsinjuice med citrongräs & gurkmeja.

- Lunch: Asiatisk sallad med zucchininudlar, tempeh, kål, groddar, salladslök, tahinidressing, jordnötter & koriander.

- Rawtreat: Bountybar.

- Chaite.

- Middag: Costa Rican ceviche med torsk, passionsfrukt, mango, paprika, patacones, rödlök & avokado.