



KNIHA RECEPTŮ: SWEET COCOA KISS DELUXE

*Kreativní způsoby, jak vylepšit bio kakao Sweet Cocoa Kiss od Bewit
Naturale Medicine*

www.voniciidomov.cz/kakao

ÚVOD

Sweet Cocoa Kiss BIO je unikátní organické instantní kakao vyrobené z nealkalického kakaa a přírodního datlového prášku. Bez přidaného cukru, s jemnou kokosovou notou a krémovou texturou – perfektní základ pro nekonečné množství lahodných receptů pro celou rodinu!

PROČ SWEET COCOA KISS BIO?

Rozdíl, který ochutíte i pocítíte

Možná si říkáte: "Kakao je přece kakao, ne?" **Ale není to tak jednoduché!** Kvalita kakaa, které používáte při pečení, zásadně ovlivňuje nejen chuť vašich dezertů, ale i jejich nutriční hodnotu a vliv na vaše zdraví.

VS SWEET COCOA KISS BIO vs. BĚŽNÉ KAKAO

10 DŮVODŮ, PROČ ZVOLIT SWEET COCOA KISS BIO

VLASTNOST	SWEET COCOA KISS BIO	BĚŽNÉ KAKAO
Typ zpracování	✔ Nealkalické (natural)	✘ Většinou alkalické (dutch-processed)
Antioxidanty	✔ Zachovává až 95% flavonoidů	✘ Ztrácí až 90% antioxidantů
Sladidlo	✔ Přírodní datlový prášek	✘ Rafinovaný cukr nebo umělá sladidla
Glykemický index	✔ Nižší díky datlím (GI 40-50)	✘ Vysoký díky cukru (GI 60-70)
Přídavné látky	✔ Žádné, 100% přírodní	✘ Často obsahuje emulgátory, aroma
Certifikace	✔ BIO certifikát	✘ Často bez certifikace
Pesticidy	✔ Bez pesticidů	✘ Možné rezidua pesticidů
Chuť	✔ Autentická, bohatá čokoládová	✘ Plošší, komerční chuť
Vláknina	✔ Vysoký obsah díky datlům	✘ Minimální vláknina
Nutriční hodnota	✔ Vitamíny, minerály, antioxidanty	✘ Převážně prázdné kalorie z cukru

CO ZNAMENÁ "NEALKALICKÉ KAKAO"?

Vědecky, ale jednoduše:

Alkalické kakao (Dutch-processed):

Zpracováno alkálií (draslíkem nebo sodíkem)

Tmavší barva, jemnější chuť

ALE: Ničí až 90% zdravých antioxidantů!

Má vyšší pH (6.8-8.1)

Méně hořké, ale méně zdravé

Nealkalické kakao (Natural/Sweet Cocoa Kiss):

Přirozené zpracování bez chemikálií

Světlejší až středně hnědá barva

Zachovává maximum flavonoidů a antioxidantů!

Má nižší pH (5.3-5.8)

Autentická čokoládová chuť s lehkou kyselostí

Výsledek: Sweet Cocoa Kiss BIO je skutečný superfood, ne jen chuťová přísada!

ZDRAVOTNÍ BENEFITY SWEET COCOA KISS BIO

Co získáte v každé lžičce:

1. ANTIOXIDANTY (FLAVONOIDY)

Chrání buňky před oxidativním stresem

Podporují zdraví srdce a cév

Anti-aging účinky

2. PŘÍRODNÍ ENERGIE Z DATLÍ

Postupné uvolňování energie

Žádné "cukrové" špičky a pády

Ideální pro děti i sportovce

3. MINERÁLY

Hořčík: Pro svaly a nervový systém

Železo: Pro tvorbu červených krvinek

Draslík: Pro srdeční zdraví

Vápník: Pro kosti a zuby

4. VLÁKNINA

Podporuje zdravé trávení

Prodlužuje pocit sytosti

Reguluje hladinu cukru v krvi

5. PŘÍRODNÍ STIMULANTY

Theobromin: Jemná stimulace bez nervozity

Fenylethylamin: "Molekula štěstí"

Zlepšuje náladu a koncentraci



EKOLOGIE A ETIKA

Proč je BIO důležité:

- ✓ **Bez pesticidů** – Ochrana vás i planety
- ✓ **Udržitelné zemědělství** – Šetrné k půdě
- ✓ **Fair trade principy** – Spravedlivé odměňování pěstitelů
- ✓ **Bez GMO** – Čistá příroda
- ✓ **Menší uhlíková stopa** – Ekologicky odpovědné

Sweet Cocoa Kiss BIO = Zdravá volba pro vás i budoucí generace!

Jak nahradit běžné kakao:

Základní pravidlo:

1:1 substitute – Použijte stejné množství jako běžné kakao

Méně cukru – Sweet Cocoa Kiss už obsahuje přírodní sladkost z datlí

Upravte tekutiny – Datlový prášek může mírně ovlivnit konzistenci

Zlatá pravidla:

Snižte cukr o 30-50% – Datle přirozeně sladí

Prosévejte – Pro hladší texturu

Kombinujte s kvalitními tuky – Kokosový olej, máslo, avokádo

Nepřehřívejte – Zachováte maximum živin

Uskladnění – V suchu a temnu pro zachování kvality



ZÁKLADNÍ NÁPOJE

1. Klasický Sweet Cocoa Kiss

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

250 ml teplého rostlinného mléka

Špetka vanilky

Skořice na ozdobu

Postup: Rozmíchejte Sweet Cocoa Kiss v teplém mléce, přidejte vanilku a posypte skořicí. Nejjednodušší cesta k čokoládovému štěstí!

2. Krémový Hot Chocolate Deluxe

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

200 ml ovesného mléka

1 lžíce kokosového krému

1 lžička agáve sirupu (volitelně)

Šlehačka a kakao na ozdobu

Postup: Zahřejte mléko s kokosovým krémem, přidejte Sweet Cocoa Kiss a šlehejte do pěny. Ozdobte šlehačkou a posypte kakaem.

3. Ledový Chocolate Kiss

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

50 ml horké vody

200 ml studeného mandlového mléka

Led

1 lžíce javorového sirupu

Čokoládová omáčka na okraj sklenice

Postup: Rozpusťte kakao v horké vodě, nechte vychladnout. Potřete okraj sklenice čokoládou, přidejte led, zalajte mlékem a kakaovou směsí. Promíchejte.



🍓 OVOCNÉ KOMBINACE

4. Chocolate Strawberry Dream

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

150 g čerstvých jahod

1 banán

250 ml kokosového mléka

1 lžíce chia semínek

Led

Postup: Mixujte všechny ingredience do hladka. Podávejte okamžitě jako smoothie nebo dejte do misky jako smoothie bowl s čerstvým ovocem.

5. Chocolate Raspberry Bliss

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

100 g malin

1 zmrzlý banán

200 ml rýžového mléka

1 lžička medu

Čerstvé maliny na ozdobu

Postup: Rozmixujte Sweet Cocoa Kiss s malikami, banánem a mlékem. Doslastěte medem a ozdobte čerstvými malikami.

6. Tropical Chocolate Fusion

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

100 g ananasu

50 g manga

200 ml kokosového mléka

1 lžička kokosových vloček

Led

Postup: Mixujte všechny ingredience kromě kokosových vloček. Nalijte do sklenice a posypte kokosem. Exotický čokoládový ráj!



🌰 OŘECHOVÉ LAHŮDKY

7. Chocolate Hazelnut Heaven

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

2 lžíce lískooříškového másla

250 ml horkého mléka

Špetka mořské soli

Praž ené lískové ořechy na ozdobu

Postup: Rozmíchejte kakao a lískooříškové máslo v horkém mléce, přidejte špetku soli. Ozdobte drceným i ořechy. Domácí Nutella v tekuté formě!

8. Almond Joy Chocolate

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

250 ml mandlového mléka

1 lžíce mandlového másla

1 lžíce kokosového cukru

Kokosové vločky a plátky mandlí

Postup: Zahřejte mléko, přidejte Sweet Cocoa Kiss a mandlové máslo. Promíchejte do hladka a ozdobte kokosem a mandlemi.

9. Peanut Butter Chocolate Kiss

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

2 lžíce arašídového másla

250 ml ovesného mléka

1 banán (volitelně)

Drceně arašídy

Postup: Mixujte všechny ingredience do hladka. Servírujte teplé nebo studené s drcenými arašídy navrchu.



WELLNESS & ADAPTOGENNÍ SMĚSI

10. Chocolate Matcha Fusion

Ingredience:

1 lžička Sweet Cocoa Kiss BIO

1 lžička matcha prášku

250 ml horkého kokosového mléka

1 lžíce kokosového oleje

Med na doslazení

Postup: Šlehejte všechny ingredience tyčovým mixérem do krémové pěny. Antioxidantová bomba!

11. Golden Chocolate Elixír

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

1/2 lžičky kurkumy

1/4 lžičky zázvoru

Špetka černého pepře

250 ml mandlového mléka

1 lžička medu

Postup: Zahřejte mléko se všemi kořením, přidejte Sweet Cocoa Kiss a med. Mixujte do pěny. Protizánětlivý čokoládový zázrak!

12. Ashwagandha Chocolate Calm

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

1/2 lžičky ashwagandhy

250 ml teplého mléka

1 lžička ghí nebo kokosového oleje

Kardamom (2-3 semínka)

Datle na doslazení

Postup: Smíchejte všechny ingredience a důkladně promixujte. Uklidňující večerní elixír pro dobrý spánek.

13. Reishi Chocolate Immunity Boost

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

1/2 lžičky reishi prášku

250 ml horkého mléka

1 lžice MCT oleje

Vanilkový extrakt

Postup: Smíchejte všechny ingredience a šlehejte do pěny. Podpora imunity v čokoládové podobě!

SNÍDAŇOVÉ SPECIALITY

14. Chocolate Overnight Oats

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

50 g ovesných vloček

200 ml rostlinného mléka

1 lžíce chia semínek

1 banán nakrájený

Ořechy a ovoce na ozdobu

Postup: Smíchejte všechny ingredience ve sklenici, nechte přes noc v lednici. Ráno ozdobte čerstvým ovocem a ořechy.

15. Chocolate Chia Pudding

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

3 lžíce chia semínek

250 ml kokosového mléka

1 lžíce javorového sirupu

Čerstvé ovoce (maliny, jahody)

Postup: Rozmíchejte Sweet Cocoa Kiss v mléce, přidejte chia a sirup. Nechte 4 hodiny nebo přes noc v lednici. Ozdobte ovocem.

16. Chocolate Protein Pancakes

Ingredience:

1 lžička Sweet Cocoa Kiss BIO

1 vejce (nebo lněné vejce)

1 banán

50 g ovesných vloček

1 dávka vanilkového proteinu

Kypřící prášek (špetka)

Postup: Rozmixujte všechny ingredience. Smažte na pánvi jako lívance. Servírujte s jogurtem a ovocem.

17. Chocolate Quinoa Breakfast Bowl

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

100 g vařené quino

150 ml mandlového mléka

1 lžíce mandlového másla

Banán, granola, kakao boby

Postup: Zahřejte quinou s mlékem a Sweet Cocoa Kiss. Přidejte mandlové máslo a ozdobte banánem, granolou a kakao boby.



DEZERTY A SLADKOSTI

18. Chocolate Mousse

Ingredience:

3 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

1 plechovka kokosového mléka (chlazená přes noc)

2 lžíce javorového sirupu

1 lžička vanilkového extraktu

Čerstvé ovoce

Postup: Odeberte ztužený kokosový krém, ušlehejte s Sweet Cocoa Kiss, sirupem a vanilkou. Nechte 2 hodiny v lednici. Servírujte s ovocem.

19. Chocolate Avocado Pudding

Ingredience:

3 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

2 zralá avokáda

4 lžíce javorového sirupu

100 ml rostlinného mléka

Vanilkový extrakt

Mořská sůl (špetka)

Postup: Rozmixujte všechny ingredience do hladké krémové konzistence. Dejte do misek a ozdobte čerstvým ovocem. Superpotravina v dezertové podobě!

20. Chocolate Nice Cream

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

3 zmrzlé banány

2 lžíce kakaa

50 ml mandlového mléka

Čokoládové kousky

Postup: Rozmixujte zmrzlé banány s Sweet Cocoa Kiss a mlékem. Servírujte okamžitě jako soft-serve nebo zmrazte pro tužší konzistenci.

21. Chocolate Energy Balls

Ingredience:

3 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

200 g datlí (bez pecek)

100 g ořechů (vlašské, mandle)

2 lžíce kokosového oleje

Kokos nebo kakao na obalení

Postup: Rozmixujte datle a ořechy, přidejte Sweet Cocoa Kiss a olej. Vytvarujte kuličky a obalte v kokosu nebo kakau. Uchovávejte v lednici.

22. Chocolate Brownies

Ingredience:

3 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

200 g fazolí (černé nebo červené, vařené)

2 vejce

100 ml javorového sirupu

50 ml kokosového oleje

1 lžička prášku do pečiva

Čokoládové kousky

Postup: Rozmixujte fazole s vejci, sirupem a olejem. Přidejte Sweet Cocoa Kiss a prášek do pečiva. Vmíchejte čokoládové kousky. Pečte na 180°C 25 minut.

23. Chocolate Chia Jam Cups

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

100 g hořké čokolády

2 lžíce kokosového oleje

Chia džem (maliny + chia)

Mořská sůl

Postup: Rozpusťte čokoládu s olejem a Sweet Cocoa Kiss. Do košíčků nalijte polovinu, zmrazte, přidejte chia džem, přelijte zbytkem čokolády. Zmrazte a servírujte.



☕ KÁVOVÉ KOMBINACE

24. Mocha Sweet Kiss

Ingredience:

1 lžička Sweet Cocoa Kiss BIO

1 espresso nebo 100 ml silné kávy

150 ml napěněného mléka

Kakao na posypání

Postup: Smíchejte espresso se Sweet Cocoa Kiss, přidejte napěněné mléko. Posypte kakaem. Dokonalý ranní rituál!

25. Iced Mocha Latte

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

100 ml studeného espressa

150 ml mandlového mléka

Led

Šlehačka (volitelně)

Postup: Smíchejte espresso se Sweet Cocoa Kiss, přidejte mléko a led. Ozdobte šlehačkou. Osvěžující kofeinový nápoj!



☀ SEZÓNÍ SPECIALITY

26. Pumpkin Spice Hot Chocolate *(podzim)*

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

2 lžíce dýňového pyré

250 ml ovesného mléka

1/2 lžičky pumpkin spice koření

Šlehačka a skořice

Postup: Zahřejte mléko s dýňovým pyré, přidejte Sweet Cocoa Kiss a koření. Ozdobte šlehačkou a skořicí.

27. Gingerbread Hot Chocolate *(zima)*

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

250 ml horkého mléka

1/4 lžičky zázvoru

1/4 lžičky skořice

Špetka muškátového oříšku

Mini perníčky na ozdobu

Postup: Smíchejte Sweet Cocoa Kiss se všemi kořením a horký m mlékem. Ozdobte mini perníčky. Vánoční pohoda v šálku!

28. Mint Chocolate Delight *(léto)*

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

250 ml studeného mléka

5 lístků čerstvé máty

Led

Čokoládové hoblinky

Postup: Rozmixujte mátu se Sweet Cocoa Kiss a mlékem. Přidejte led a ozdobte čokoládovými hoblinkami. Osvěžující letní zážitek!

29. Orange Chocolate Kiss *(jaro)*

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

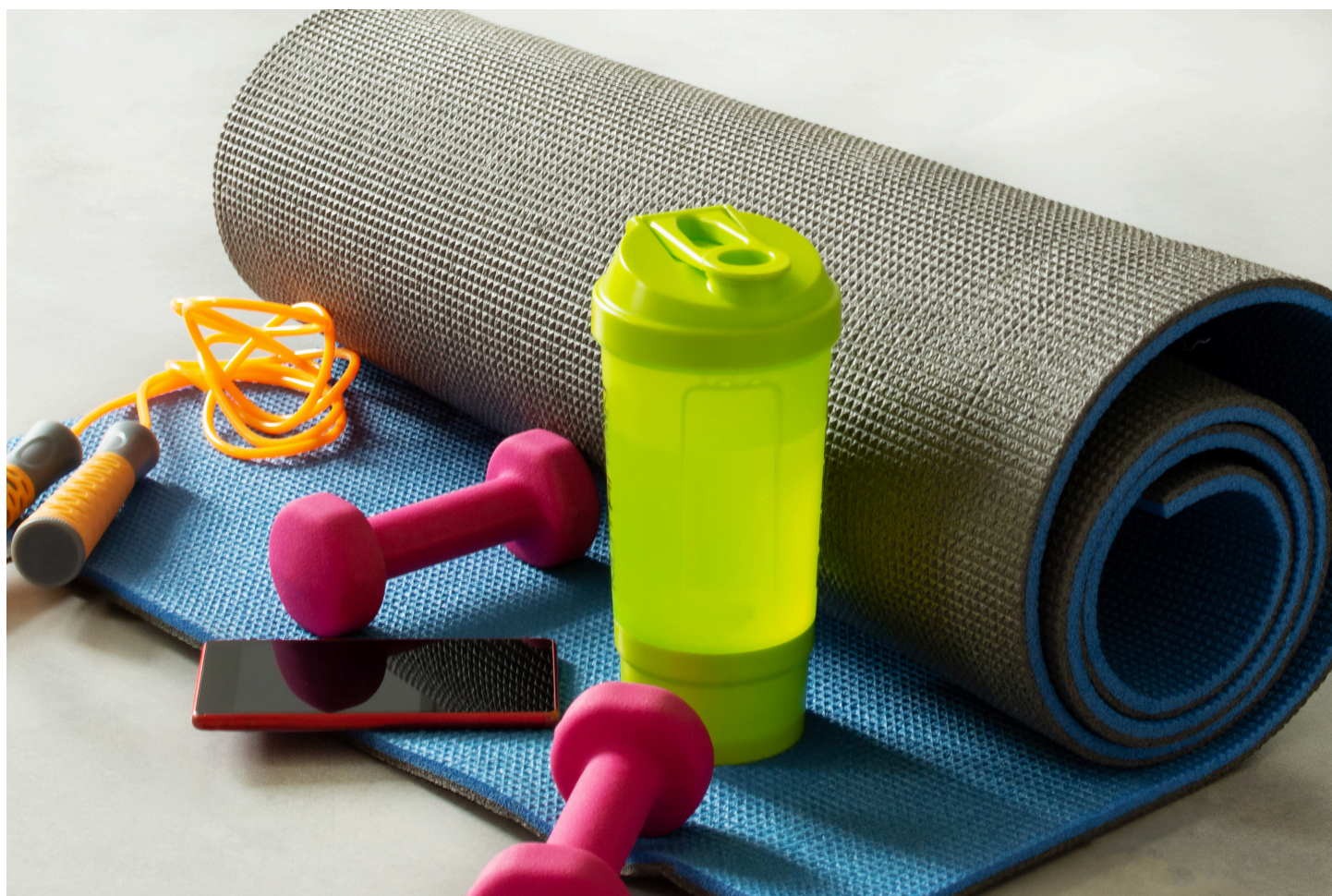
200 ml mandlového mléka

Kůra z 1 pomeranče

50 ml čerstvé pomerančové šťávy

Pomerančový plátek na ozdobu

Postup: Zahřejte mléko s pomerančovou kůrou, přidejte Sweet Cocoa Kiss a šťávu. Servírujte s plátkem pomeranče.



🏃 FITNESS & SPORTOVNÍ NÁPOJE

30. Chocolate Protein Power Shake

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

1 dávka čokoládového proteinu

1 banán

1 lžíce arašídového másla

250 ml mandlového mléka

Led

Postup: Mixujte všechny ingredience do hladka. Ideální po tréninku pro regeneraci svalů!

31. Pre-Workout Chocolate Boost

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

1 lžička maca prášku

1 lžíce MCT oleje

250 ml kokosového mléka

1/2 kávy espresso (volitelně)

Postup: Smíchejte všechny ingredience a protřepejte. Vypijte 30-45 minut před tréninkem.

32. Post-Workout Chocolate Recovery

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

1 dávka vanilkového proteinu

1 banán

100 g špenátu

1 lžíce chia semínek

300 ml mandlového mléka

Postup: Rozmixujte všechny ingredience. Vypijte do 30 minut po tréninku pro optimální regeneraci.



 **KOKTEJLY PRO DOSPĚLÉ**



33. Chocolate Martini Kiss

Ingredience:

1 lžička Sweet Cocoa Kiss BIO

50 ml vodky

25 ml Baileys

25 ml krému

Led

Čokoláda na ozdobu okraje

Postup: Protřepejte všechny ingredience s ledem. Přecedte do sklenice s čokoládovým okrajem.

34. Chocolate White Russian

Ingredience:

1 lžička Sweet Cocoa Kiss BIO

50 ml vodky

25 ml Kahlúa

50 ml smetany

Led

Postup: Smíchejte vodku a Kahlúa s ledem, přidejte smetanu smíchanou se Sweet Cocoa Kiss. Jemně promíchejte.

35. Hot Chocolate Rum

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

200 ml horkého mléka

40 ml tmavého rumu

Šlehačka

Skořice

Postup: Připravte horké kakao, přidejte rum. Ozdobte šlehačkou a skořicí. Zahřívací zimní nápoj!



👤 PRO DĚTI

36. Chocolate Banana Milkshake

Ingredience:

1 lžička Sweet Cocoa Kiss BIO

2 banány

250 ml mléka

1 kopeček vanilkové zmrzliny

Med (volitelně)

Postup: Mixujte všechny ingredience do hladka. Zdravější verze fast-foodového milkshaku!

37. Chocolate Bear Smoothie

Ingredience:

1 lžička Sweet Cocoa Kiss BIO

1 banán

100 g jahod

200 ml ovesného mléka

1 lžíce mandlového másla

Postup: Rozmixujte všechny ingredience. Nalijte do zábavného hrnku s brčkem. Děti to milují!

38. Chocolate Porridge

Ingredience:

1 lžička Sweet Cocoa Kiss BIO

50 g ovesných vloček

250 ml mléka

1 banán nakrájený

Kokosové vločky

Postup: Uvařte ovesnou kaši s mlékem, přidejte Sweet Cocoa Kiss. Ozdobte banánem a kokosem. Výživná čokoládová snídane pro školáky!



 **PEČENÍ S SWEET COCOA KISS**

39. Chocolate Banana Bread

Ingredience:

3 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

3 zralé banány

2 vejce

100 ml kokosového oleje

200 g celozrnné mouky

1 lžička prášku do pečiva

Čokoládové kousky

Postup: Rozmačkejte banány, přidejte vejce a olej. Vmíchejte mouku, Sweet Cocoa Kiss a prášek do pečiva. Přidejte čokoládové kousky. Pečte na 180°C 50 minut.

40. Chocolate Muffins

Ingredience:

3 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

200 g hladké mouky

2 vejce

100 ml rostlinného mléka

80 ml javorového sirupu

80 ml kokosového oleje

1 lžička prášku do pečiva

Čokoládové kousky

Postup: Smíchejte suché ingredience. Přidejte mokré ingredience a promíchejte. Naplňte košíčky a pečte na 180°C 20 minut.



POMAZÁNKY A KRÉMY

41. Chocolate Nut Spread (domácí Nutella)

Ingredience:

4 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

200 g pražených lískových ořechů

3 lžíce kokosového oleje

3 lžíce javorového sirupu

Špetka mořské soli

Vanilkový extrakt

Postup: Rozmixujte ořechy v silném mixéru do krémové konzistence. Přidejte Sweet Cocoa Kiss, olej, sirup, sůl a vanilku. Mixujte do hladka. Uchovávejte ve sklenici.

42. Chocolate Coconut Butter

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

200 g kokosového másla

2 lžíce kokosového oleje

2 lžíce javorového sirupu

Vanilkový extrakt

Postup: Rozpusťte kokosové máslo a olej, přidejte Sweet Cocoa Kiss, sirup a vanilku. Promíchejte a nechte ztuhnout v lednici.



ZMRZLINOVÉ SPECIALITY

43. Chocolate Banana Ice Cream

Ingredience:

3 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

4 zmrzlé banány

100 ml kokosového mléka

1 lžíce arašídového másla

Čokoládové kousky

Postup: Rozmixujte zmrzlé banány s Sweet Cocoa Kiss a mlékem. Vmíchejte arašídové máslo a čokoládové kousky. Servírujte okamžitě nebo zmrazte.

44. Chocolate Coconut Popsicles

Ingredience:

3 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

400 ml kokosového mléka

2 lžíce javorového sirupu

50 g kokosových vloček

Formičky na nanuky

Postup: Smíchejte všechny ingredience, nalijte do formiček a zmrazte přes noc. Zdravá čokoládová zmrzlina!

45. Fudge Chocolate Pops

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

1 banán

100 ml mandlového másla

2 lžíce kakaa

2 lžíce medu

Formičky

Postup: Rozmixujte všechny ingredience, nalijte do formiček a zmrazte. Bohaté a krémové čokoládové nanuky!



MEZINÁRODNÍ INSPIRACE

46. Mexican Hot Chocolate

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

250 ml horkého mléka

1/4 lžičky chilli

1/4 lžičky skořice

Vanilkový extrakt

Špetka mořské soli

Postup: Zahřejte mléko s kořením, přidejte Sweet Cocoa Kiss. Šlehejte do pěny. Pikantní mexická klasika!

47. Italian Bicerin

Ingredience:

2 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

100 ml horkého espressa

100 ml horkého mléka

Šlehačka

Čokoládové hoblinky

Postup: Do sklenice nalijte vrstvami: Sweet Cocoa Kiss s mlékem, espresso, šlehačku. Neměchejte! Turínská specialita.

48. French Chocolat Chaud

Ingredience:

3 lžičky Sweet Cocoa Kiss BIO

50 g hořké čokolády

250 ml plnotučného mléka

Vanilkový lusk

Šlehačka

Postup: Zahřejte mléko s vanilkou, přidejte čokoládu a Sweet Cocoa Kiss. Šlehejte do hustého krému. Servírujte se šlehačkou. Luxusní francouzská horká čokoláda!



💡 TIPY A TRIKY

Pro nejlepší výsledky:

Teplota: Ideální teplota pro přípravu je 70-80°C, ne vroucí voda

Mixování: Pro pěnlivé nápoje použijte tyčový mixér nebo šejkr

Skladování: Uchovávejte v suchu a temnu v uzavřené nádobě

Dávkování: Začněte s 1-2 lžičkami a upravte dle chuti

Kombinace: Sweet Cocoa Kiss skvěle funguje s ořechy, ovocem a superfoody

Zdravotní benefity:

🍫 **Nealkalické kakao** – zachovává maximum živin a antioxidantů

🌴 **Přírodní datlový prášek** – přírodní sladidlo bez rafinovaného cukru

🥥 **Jemná kokosová nota** – přidává krémovou texturu

🌟 **BIO kvalita** – bez umělých přísad, GMO a konzervantů

👨‍👩‍👧 **Pro celou rodinu** – vhodné i pro děti díky přírodním ingrediencím

Kdy pít Sweet Cocoa Kiss:

Ráno: Čokoládová snídaně pro skvělý start

Odpoledne: Zdravá svačina pro děti i dospělé

Večer: Uklidňující nápoj před spaním (bez kofeinu)

Po tréninku: S proteinem pro regeneraci

Při relaxaci: Jako odměna za náročný den

NUTRIČNÍ TIPY

Jak maximalizovat benefity:

Pro hubnutí:

Připravujte s nenaslázeným rostlinným mlékem

Přidejte protein pro nasycení

Kombinujte s chia nebo lněnými semínky

Pro děti:

Míchejte do ovesné kaše nebo jogurtu

Připravujte smoothie s ovocem

Dělejte domácí čokoládové nanuky

Pro sportovce:

Přidávejte protein a MCT olej

Kombinujte s adaptogeny (maca, ashwagandha)

Pijte před nebo po tréninku

Pro seniory:

Zahřívá a podporuje imunitu

Obsahuje antioxidanty

Snadná příprava

ZÁVĚR

Sweet Cocoa Kiss BIO od Bewit Naturale Medicine je mnohem více než jen kakao – je to zdravý základ pro nekonečné množství lahodných receptů! S přírodním datlovým práškem místo cukru a nealkalickým kakaem plným živin je to dokonalá volba pro celou rodinu.

Experimentujte, tvořte a užívejte si čokoládové chvíle každý den! 🍫🌟

Poznámka: Všechny recepty jsou inspirativní. Množství a ingredience upravte podle své chuti, zdravotních potřeb a preferencí. Sweet Cocoa Kiss BIO je vhodný i pro vegany a děti.

🌐 KAKAO :: vonicidomov

SWEET COCOA KISS BIO V E-SHOPU ZDE:

[https://bewit.love/produkt/sweet-cocoa-kiss?](https://bewit.love/produkt/sweet-cocoa-kiss?i=MiroslavTumpach)
[i=MiroslavTumpach](#)

***Uplatněte při placení kód CDZ6CP7SRJ7WK
a ušetřete až 15%, za celý nákup, na produktech pro vaše
zdraví.***

TIP:

Na webu VLEVO klikněte na ikonku “ESENCIÁLNÍ OLEJ ZDARMA” vyplňte formulář (do okénka “JAK JSTE SE O BEWIT DOZVĚDĚL” napište “Miroslav Tumpach” a začněte využívat pravidelné slevové akce pro stálé zákazníky. (Povinné nákupy a ani žádná jiná aktivita nejsou vyžadovány!)

Mnoho dalších užitečných informací naleznete na:

<https://www.vonicidomov.cz>



**KÁVA KTERÁ
VÁS NABIJE!**

www.voniciidomov.cz/kava

- ✓ Pomáhá neutralizovat kyselost – houby podporují acidobazickou rovnováhu
- ✓ Chrání žaludek – mírnější vliv na trávicí trakt
- ✓ Podporuje detoxikaci – játra a ledviny lépe odbourávají kyseliny a toxiny
- ✓ Zlepšuje střevní mikroflóru – inulin krmí prospěšné bakterie, které udržují zdravé pH

Stáhněte si také:  KNIHA RECEPTŮ: PEČENÍ SE SWEET COCOA KISS BIO na <https://www.voniciidomov.cz/kakao>

Stáhněte si také:  KNIHA RECEPTŮ: COFFEE KING DELUXE na: <https://www.voniciidomov.cz/kava>