**Wakacyjny piknik? Tylko z Helleną Family+**

**Pogoda za oknem sprzyja wyprawom na łono natury. Warto pamiętać, że nie ma udanego pikniku bez dobrze przygotowanego prowiantu. Koszykowe menu powinno zawierać lekkie, smaczne i szybkie do przygotowania przekąski. Wśród odpowiednio dobranego prowiantu, nie może zabraknąć napojów, które orzeźwią w upalne dni.**

Wypoczynek na świeżym powietrzu jest najlepszą okazją do zregenerowania sił przed pracowitym tygodniem. Aby w pełni cieszyć się z relaksu na łonie natury należy zadbać o smakowite przekąski i odpowiednie napoje. Do piknikowego kosza warto włożyć warzywną sałatkę z rzodkiewki, cykorii i fasoli, szaszłyki z karkówki, zielonego ogórka, pomidorów i czerwonej papryki lub świeży, chrupiący chleb z maślano-ziołową pastą. Dobrym pomysłem na szybką i lekką przekąskę są spring rollsy - małe zbitki owocowo-warzywne, otoczone papierem ryżowym.

Oczywiście piknikowy kosz warto zaopatrzyć w napoje kojarzące się z owocowymi smakami lata. Znakomitym uzupełnieniem lekkich przekąsek będą napoje niegazowane Hellena *Family+* z 20% dodatkiem soku owocowego. Wśród wariantów smakowych, które warto zabrać na ucztę na świeżym powietrzu są jabłko-gruszka, zielone jabłuszko i jabłko-owoce leśne. Skład Hellena *Family+* pozbawiony jest konserwantów, sztucznych barwników i słodzików. Napojami można się delektować również bezpośrednio po treningu, czy wysiłku fizycznym, dzięki poręcznemu kształtowi butelek.

Tak przygotowany prowiant z pewnością zainspiruje do rekreacyjnego spędzenia wolnego czasu i będzie doskonałym elementem wiosennego relaksu na świeżym powietrzu.