

Frische schmecken bei Globus



Ananas-Smoothie
Smoothie



Zutaten:

Zutaten für 4 Portionen:

500 g Aprikosen

2 Baby-Ananas

15 g frischer Ingwer

10 g frische Kurkumawurzel

1 Chicorée

300 ml Mineralwasser



4 Personen



ca. 15 Minuten



Zubereitung:

Die Aprikosen waschen, halbieren und entsteinen. Die Ananas, den Ingwer und das Kurkuma schälen und in kleine Stücke schneiden. Den Chicorée putzen und in feine Streifen schneiden. Alles mit dem Mineralwasser in den Mixer geben und fein pürieren.