

Rezeptidee

Frühstücksshake mit Buchweizen und Mango



Zutaten Für 2 Portionen

- 25 g Alnatura Gekeimter Buchweizen
- 330 ml Alnatura Cocodrink Natur
- 300 g Alnatura Joghurt Natur
- 100 g Alnatura Mango (tiefgekühlt)
- 2 Msp Alnatura Ingwer gemahlen

Zubereitung: 5 min

1. 2 TL Buchweizen beiseitelegen. Die restlichen Zutaten in einen leistungsstarken Mixer geben und zügig glatt pürieren.
2. Auf 2 große Gläser verteilen, mit je 1 TL Buchweizen bestreuen und sofort servieren.