



Ananas-Kokosnuss-Smoothie

Zutaten

1 Tasse Eis	400 g Ananas in Stücken
1 TL Chiasamen	160 g Griechischer Joghurt
1 Prise Salz	2 gefrorene Bananen
2 TL Kokosöl	

Zubereitung

Zuerst alle Zutaten bis auf die Chiasamen im Mixer gut durchmischen.
Diese anschließend unterrühren – fertig!