



# Buttermilch-Bananen-Smoothie

## Zutaten

240 ml Buttermilch  
1 TL Honig  
140 g Eiswürfel  
1 Prise Salz  
2 reife Bananen  
11 getrocknete Datteln

etwas Zimt

## Zubereitung

Die Datteln in Stücke schneiden und gemeinsam mit den geschälten Bananen und den restlichen Zutaten in den Mixer geben. Alles gut durchmischen, den fertigen Smoothie in Gläser füllen und etwas Zimt darüber bestreuen.