



Green-Power-Smoothie

Zutaten

- 1 Handvoll Spinatblätter
- 1 grüner Apfel
- ½ Gurke
- Saft einer gepressten Orange
- 1 Handvoll Basilikumblätter

Zubereitung

Spinatblätter, Apfel und Basilikumblätter waschen, die Gurke schälen und in vier Stücke schneiden.
Den Apfel halbieren und das Kerngehäuse entfernen.
Alle Zutaten im Mixer durchmischen und so viel Wasser hinzugeben,
bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.