

Frische schmecken

bei Globus



Bunte Smoothies
Smoothie



Zutaten:

Zutaten für 4 Portionen:

Avocado & Salat

200 g Kopfsalat
1 Apfel
Prise Salz
2 Avocado
4 EL Zitronensaft
400 ml Birnensaft
200 g Crushed Ice
Mineralwasser

Pfirsich & Banane:

5-6 reife Pfirsiche
2 Bananen
100 ml Orangensaft
2 EL Limettensaft
1 EL Bio-Limettenschale
200 g Crushed Ice
n.B. Honig zum Süßen



4 Personen



ca. 5 Minuten



Zubereitung:

Obst/Gemüse schälen bzw. waschen, grob kleinschneiden, mit den jeweiligen restlichen Zutaten im Mixer pürieren.

