

Power-Smoothie mit Erdbeeren und Banane



Stufe 1



Zubereitungszeit: 10 Min.



Zutaten:

1/2 Banane(n)
7 Stck. Erdbeere(n)
25 ml Milch
75 g Joghurt

Außerdem:

1 Prise Big Green Egg
Honeyballs Dessert Rub



Leonardo Glastrinkhalme CIAO 4er-Set 20 cm + Bürste



Cilio Smoothie Maker



Big Green Egg Honeyballs Dessert Rub



Stelton Longdrinkglas Pilastro, 4 Stk

1

Die Erdbeeren waschen, ggfls. einmal halbieren. Die Banane schälen.

2

Das Obst und die weiteren Zutaten in einen Smoothie Maker oder Mixer geben und kräftig durchmischen, sodass eine leicht cremige aber noch flüssige Textur entsteht.

3

In ein Glas umfüllen. Nach Bedarf noch mit ein paar Eiswürfel kühlen und mit frischer Minze garnieren.

Dem eigenen Geschmack sind hier keine Grenzen gesetzt: Statt Erdbeeren kann sich einer Vielzahl an Beeren bedient werden: Auch Blau-, Him- oder Brombeeren machen sich gut im frischen & gesunden Smoothie!