

Vitaminbooster Smoothie

POWERKICK FÜR DEN WINTER



HOBBY-MEISTERKUCH-LEVEL



4 Personen



20 Minuten

ZUTATEN

150 g Äpfel
80 g eingelegte Rote Rüben
30 g eingelegte Kirschen
1 TL Kren
1 TL Walnussöl
1 EL Haferflockenpulver
Honig nach Bedarf

ZUBEREITUNG

1. Äpfel, Rote Rüben und Kirschen entsaften.
2. Gemüse-Obstsft mit den restlichen Zutaten mixen & genießen.

Küchengheimnis

Der Vitaminbooster-Smoothie schmeckt auch mit Himbeeren hervorragend.

