

Beeren-Smoothie

(für ca. 2 Liter frischen Smoothie)

Das braucht ihr dafür:

- 1 kg Erdbeeren, Heidelbeeren oder Himbeeren
- 4 Bananen
- 1 L Orangensaft
- ca. 0,5 L Wasser
- Beeren als Deko



Und so geht's gemeinsam:

Bananen schälen und in Stücke schneiden. Beeren waschen und halbieren. Das Obst mit dem Saft und einem großen Glas Wasser in einen Mixer geben. Mixen, bis alles fein püriert ist. (Alternativ: Mit Pürierstab fein pürieren). Falls der Smoothie zu dickflüssig ist, noch etwas Wasser hinzufügen. Den Smoothie in Gläser abfüllen und mit einer Beere dekorieren

