Apfel-Birnen-Mango Smoothie

Der Apfel-Birnen-Mango-Smoothie ist eine köstliche Vitaminbombe. Einfach und unkompliziert gelingt der gesunde Drink mit diesem schnellen Rezept.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Gesamtzeit: 10 min



Zutaten

2 Stk.	Äpfel
1 Stk.	Birne
0.5 Stk.	Mangos
0.5 Stk.	Zitronen
100 ml	Apfelsaft

Zubereitung

1. Für den köstlichen **Apfel-Birnen-Mango Smoothie** die Äpfel und Birnen waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Mango schälen und in Würfel schneiden, Zitrone auspressen.

2. Das Obst mit dem Apfelsaft und Zitronensaft in einen Mixer geben und zu einen cremigen Smoothie mixen. In Gläser füllen möglichst frisch trinken.

Tipp

Wer den Geschmack von Ingwer mag, gibt vor dem Mixen noch 1 cm geschälten Ingwer zum Smoothie. Den Apfel-Birnen-Smoothie mit Minze Blätter garnieren.