Gurken Smoothie

Der grüne Gurken Smoothie ist reich an Vitamine und schmeckt frisch und köstlich. Ein schnelles gesundes Rezept für jede Tageszeit.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

1 Stk.	Salatgurke
1 Stk.	Stangensellerie
0.5 Stk.	Frischen Zitronensaft
1 Schuss	Wasser
1 Bund	Petersilie

Zubereitung

1. Für den **Gurken Smoothie** die Gurke schälen und in Stücke zerschneiden.
2. Stangensellerie waschen und zerkleinern. Petersilie waschen, Zitrone pressen.
3. Alle Zutaten mit den Mixstab pürieren. Mit einem Schuss Wasser aufgießen.
4. Das fertige Getränk in Gläser füllen und genießen.

Tipp

Den Gurken Smoothie je nach Wunsch mit einer Gurkenscheibe oder Zitronenscheibe garnieren.