Apfel-Brokkoli Dextox Smoothie

Der Apfel-Brokkoli Detox Smoothie ein gesunder Snack zum Frühstück oder Zwischendurch. Der Grüne Vitamin Drink liefert viele Vitamine, Mineral- und Ballaststoffe.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Gesamtzeit: 10 min



Zutaten

100 g	Brokkoli
1 Stk.	Apfel
0.5 Stk.	Zitronen
250 ml	Wasser

Zubereitung

1. Für den **Apfel-Brokkoli Detox Smoothie** den Apfel waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in kleine Stücke schneiden.
2. Den Brokkoli mit Wasser abspülen und die Zitrone auspressen.
3. Die Zutaten zusammen mit dem Wasser in einen Mixer eben und cremig mixen.
4. In zwei Gläser füllen und servieren.

Tipp