

Avocado-Shake

Der Avocado-Shake ist der ideale Snack für wischendurch. Das gesunde und schmackhafte Rezept ist im Nu zubereitet.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 5 min

Gesamtzeit: 5 min



Zutaten

| | |
|-----------|---------------------------------|
| 1 Stk. | Avocado (reife) |
| 1 Stk. | Banane (reife) |
| 500 ml | Milch (oder Pflanzenmilch) |
| 1 EL | Honig |
| 1 Packung | Vanillezucker |

Zubereitung

1. Der **Avocado-Shake** ist schnell zubereitet. Dazu die Avocado schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Zusammen mit der geschälten Banane in ein hohes Gefäß geben.
2. Die Milch, Honig und Vanillezucker zugeben und mit einem Mixstab cremig pürieren.
3. In Gläser gießen und genießen.

Tipp