

# Bananen-Buttermilch-Smoothie

Der Bananen-Buttermilch-Smoothie ist schnell gemixt. Das leichte Rezept gelingt im Handumdrehen.

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Arbeitszeit:** 5 min

**Gesamtzeit:** 5 min



## Zutaten

1 Stk.	<a href="#">Banane</a> (reife)
400 ml	Buttermilch
2 EL	<a href="#">Haferflocken</a>
1 Spritzer	Zitronensaft
1 TL	<a href="#">Honig</a>

## Zubereitung

1. Für den Bananen-Buttermilch-Smoothie die Banane schälen. Mit der Buttermilch, Haferflocken, Zitronensaft und Honig in ein hohes Gefäß geben.
2. Mit einem Mixstab zu einem cremigen Smoothie mixen. In Gläser füllen und genießen.

## Tipp

Den Bananen-Buttermilch-Smoothie mit Trinkhalm servieren und mit Bananenscheiben garnieren.