

Beeren-Melonen Smoothie

Der Beeren-Melonen Smoothie ist eine erfrischende Vitaminbombe für heiße Sommertage. Dieses Rezept ist im Nu zubereitet.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 5 min

Gesamtzeit: 5 min



Zutaten

| | |
|-------|------------------------------|
| 300 g | Wassermelonen |
| 100 g | Brombeeren |
| 100 g | Johannisbeeren |
| 100 g | Heidelbeeren |
| 1 EL | Ahornsirup |

Zubereitung

1. Für den **Beeren-Melonen Smoothie** die Melone schälen, Kerne entfernen und in kleine Würfel schneiden.
2. Die Beeren waschen und abtrocknen.
3. Alle Früchte und das Ahornsirup im Mixer fein pürieren. Nach Belieben mit kaltem Wasser verdünnen.

Tipp