

# Erdbeer-Joghurt-Smoothie

Der frische fruchtige Erdbeer-Joghurt-Smoothie ist rasch zubereitet und schmeckt bestimmt.

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Gesamtzeit:** 0 min



## Zutaten

2 EL (oder Haferflocken)
Wasser (zum quellen)
200 ml <a href="#">Naturjoghurt</a>
2 Stk. <a href="#">Orangen</a> (Saft davon)
250 g <a href="#">Erdbeeren</a> (frische)
2 TL <a href="#">Honig</a>

## Zubereitung

1. **Erdbeer-Joghurt-Smoothie** schmeckt kleinen und großen Leckermäulchen: Hierfür einfach die Haferflocken 15 Minuten im Wasser quellen lassen. Sojajoghurt, Erdbeeren, Orangensaft und Honig zugeben
2. Alles fein pürieren und in Gläser füllen.

## Tipp

Außerhalb der Erdbeersaison den Erdbeer-Joghurt-Smoothie mit tiefgekühlten Erdbeeren zubereiten. Veganer verwenden anstelle von Naturjoghurt Sojajoghurt.