

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 Naturjoghurt
2 Stk. Orangen (Saft davon)
250 g Erdbeeren (frische)
2 TL Honig

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.