Erdbeer-Kefir-Shake

Der Erdbeer-Kefir-Shake schmeckt mit frische oder tiefgekühlte Beeren äußerst schmackhaft. Ein wunderbares Rezept das du unbedingt probieren solltest.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Gesamtzeit: 10 min

Zutaten

300 ml	Kefir
10 Stk.	Erdbeeren (frisch oder TK)
2 EL	Haferflocken
50 ml	Vollmilch
1 Packung	Vanillezucker

Zubereitung

1. Der frische **Erdbeer-Kefir-Shake** ist rasch zubereitet. Dafür das Kefir, Milch, Haferflocken, Vanillezucker und die gewaschenen und geputzten Erdbeeren in ein hohes Gefäß geben. Mit einen Mixstab pürieren bis ein cremiger Shake entsteht.

2. Den fruchtigen Shake in ein Glas füllen mit Trinkhalm servieren und mit einer Erdbeere garnieren.

Tipp

Den Erdbeer-Kefir-Shake am besten gleich nach der Zubereitung genießen, da die Haferflocken sonst zu sehr aufquellen könnten.