

Erdbeer-Smoothie

Mit dem frischen, leckeren Erdbeer-Smoothie wird die Extraportion Vitamine zum Hochgenuss!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

350 g [Erdbeeren](#) (oder TK)

500 ml Orangensaft

1 Stk. [Banane](#)

1 EL [Honig](#)

Zubereitung

Der **Erdbeer-Smoothie** ist cremig und schmeckt fruchtig, süß mit der säuerlichen Note des Orangensafts.

1. Die Erdbeeren putzen und vorsichtig waschen (in stehendem Wasser), je nach Größe halbieren oder vierteln. Auf einem flachen Teller oder Brettchen verteilen und im Eisfach einfrieren (alternativ bereits gefrorene Beeren verwenden).
2. Eiskalten Orangensaft in den Mixer geben. Die Banane schälen, etwas kleiner schneiden und zufügen. Gefrorene Beeren und Honig ebenfalls dazugeben und alles gut durchmixen. Mit einem Trinkhalm servieren.

Tipp

Den Erdbeer-Smoothie mit einer ganzen Erdbeere dekorieren, auch eine Bananenscheibe am Glasrand passt hervorragend dazu.