

Erdbeeren Smoothie

Der gesunde vitaminreiche Erdbeeren Smoothie schmeckt besonders zum Frühstück aber auch Zwischendurch.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

200 g Erdbeeren
250 ml Orangensaft frisch gepresst
2 TL Ahornsirup
Minzeblätter (zur Dekoration)

Zubereitung

1. Die frisch gepflückten Erdbeeren waschen, putzen und zerkleinern. Orangen pressen und den Orangensaft zusammen mit den Erdbeeren und Ahornsirup in einen Mixer geben. Den Erdbeeren Smoothie fein pürieren. Mit Minzeblätter und Erdbeerstücke garnieren. Smoothie sofort frisch genießen.

Tipp

Anstelle von Ahornsirup kannst du Honig verwenden.

