Exotischer Smoothie

Tolles Rezept für den Sommer: Der exotische Smoothie mit tropischen Früchten schmeckt wunderbar erfrischend.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Ruhezeit: 60 min

Gesamtzeit: 1,2 h



Zutaten

1 Stk.	Ananas
1 Stk.	Mango
1 Dose	Lychees
180 ml	Ananassaft
5 TL	Honig
	Zitronenmelisse (zum Garnieren)

Zubereitung

1. Für den exotischen Smoothie zuerst die Lychees abgießen und in einem Sieb abtropfen lassen. Mango schälen und in Würfel schneiden, dabei den Kern entfernen. Ananas ebenfalls schälen, vom Strunk befreien und würfelig schneiden.

2. Ananas- und Mangostücke, Lychees, Ananassaft und Hong in den Mixer geben. Fein cremig pürieren, mindestens eine Stunde in den Kühlschrank stellen. Zum Servieren in Gläser

umfüllen, mit Minze- oder Zitronenmelisseblättern dekorieren.

Tipp

Wer den exotischen Smoothie optisch besonders ansprechend präsentieren möchte, dekoriert die Gläser mit ganzen Lychees, Limettenscheiben oder anderen Früchten.