Grapefruit-Bananen-Smoothie

Süß trifft Sauer bei diesem grandiosen Rezept für einen cremigen Grapefruit-Bananen-Smoothie.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Gesamtzeit: 10 min



Zutaten

1 Stk.	Grapefruit
1 Stk.	Orange
1 Stk.	Banane

Zubereitung

1. Für den Grapefruit-Bananen-Smoothie zuerst die Orange und Grapefruit schälen, Fruchtstücke auseinanderziehen und in den Standmixer geben (alternativ in einen Mixbecher für den Pürierstab). Die Banane schälen, etwas kleiner schneiden und zu den anderen Früchten geben.

2. Nun die Zutaten auf höchster Stufe so lange durchmixen, bis sich eine cremige, gleichmäßige Konsistenz ergibt. Den Drink in ein Glas abgießen und mit einem Strohhalm schnell servieren.

Tipp

Sollten die Früchte zu wenig Flüssigkeit für den Grapefruit-Bananen-Smoothie abgeben, kann man noch etwas Wasser oder frisch gepressten Orangensaft mit in den Mixer geben. Schmeckt am besten mit Eiswürfeln!