Himbeer-Smoothie

So lecker ist ein gesunder Vitamkick: Das Rezept für einen Himbeer-Smoothie sollte man immer im Kopf haben!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Gesamtzeit: 10 min

Zutaten

250 ml	Buttermilch
300 g	Himbeeren
5 Stk.	Mandeln
2 EL	Proteinpulver

Zubereitung

1. Für den Himbeer-Smoothie die Himbeeren waschen, putzen und trocken tupfen. Mit der Buttermilch, den Mandeln und (optional) dem Proteinpulver in den Mixer geben. Fein pürieren, in ein Glas füllen und servieren.

Tipp

Den Himbeer-Smoothie mit etwas frischer Minze garnieren.