

Erdbeer-Bananen-Minz-Smoothie

Benötigte Zutaten

250 g	Premium Naturjogurt 1 %
1/2	Banane
150 g	Premium Buttermilch
70 g	Erdbeeren
5 Blätter	Cocktailminze
1 EL	Honig

Anleitung

1. Zunächst die Erdbeeren waschen und die Bananen schälen. Dann alle Zutaten fein pürieren und frisch genießen.

Nährwerte pro Portion

2 g Fett 8 EW 23 Kohlenhydrate 149 kcal

Ein Rezept der:
AMA Marketing