# Karotten-Joghurt-Drink

## Die erfrischende Vitaminbombe!

## Anleitung

Alles gut gekühlt mixen und in Gläser abfüllen.

**Nährwerte pro Portion**
3 g Fett 4 EW 13 Kohlenhydrate 95 kcal 1.08 BE

Ein Rezept der:
AMA Marketing

## Benötigte Zutaten

| | |
|---|---|
| 150 g | Joghurt 3,6 % |
| 200 ml | Karottensaft |
| 50 ml | Äpfel |
| 50 ml | Orangensaft |
| | Salz, Pfeffer |

| | |
|---|---|
| 150 g | Joghurt 3,6 % |
| 200 ml | Karottensaft |
| 50 ml | Apfelsaft |
| 50 ml | Orangensaft |
| | Salz, Pfeffer |