



## 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

### 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 |



Ein Rezept der:  
AMA Marketing