



## Benötigte Zutaten

### Schwarzbeer-Flip

250 g Heidelbeeren

Minzblätter

1 EL Limettensaft frisch gepresst

200 g **Premium Naturjogurt**

### Schoko-Banana-Shake

1 Banane

250 ml **Premium Alpenmilch**

2 EL Schokocreme

## Schwarzbeer-Flip und Schoko-Banana-Shake

Zwei köstliche Milchshakes

### Anleitung

#### Zubereitung Schwarzbeer-Flip

Heidelbeeren, 8 Minzblätter und Limettensaft in einen hohen Rührbecher geben und fein pürieren. Joghurt und Milch dazugeben. Den Shake mit Vanille und bei Bedarf mit Süßstoff abschmecken. In zwei hohe Gläser füllen. Mit der restlichen Minze dekorieren und gleich trinken.

#### Zubereitung Schoko-Banana-Shake

Die Schokocreme leicht erwärmen. Die Banane schälen und in grobe Stücke schneiden und mit Milch und Schokocreme in den Mixer geben. Alles auf höchster Stufe fein pürieren.

1 Banane

250 ml Milch

2 EL Schokocreme

ORF S

FERNSEHGARTEN



Ein Rezept vom  
ORF Fernsehgarten