

Rezept

Himbeer-Buttermilchshake

Ein Rezept von Himbeer-Buttermilchshake, am 19.04.2024

Zutaten

300 g Himbeeren

¼ l Milch

5-6 EL flüssiger Honig

¼ l Buttermilch

3 EL Kokosflocken

abgeriebene Schale von ½ Bio-Zitrone

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**
Ca. 200 kcal

Zubereitung

1. Die Himbeeren waschen und einige zum Verzieren beiseitelegen. Buttermilch und Milch mit 2 EL Kokosflocken, Honig und Zitronenschale pürieren. Etwa 10 Min. kalt stellen.

2. Den Shake in vier Gläser verteilen und mit den restlichen Himbeeren und den übrigen Kokosflocken dekorieren.