

Rezept

Beeren-Kokos-Smoothie

Ein Rezept von Beeren-Kokos-Smoothie, am 06.05.2024

Zutaten

200 g TK-Beeren-Mischung

1 EL Limettensaft

50 ml Orangensaft

100 ml Kokosmilch

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Gläser | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 40 kcal

Zubereitung

1. Die Beeren-Mischung in einen hohen Rührbecher geben und 5-6 Min. antauen lassen.

2. Orangensaft, Limettensaft und Kokosmilch dazugeben und alles fein pürieren.

3. Smoothie in Gläser füllen, mit einem dicken Strohhalm und einem langen Löffel gleich servieren.