

Rezept

Brombeer-Smoothie

Ein Rezept von Brombeer-Smoothie, am 25.04.2024

Zutaten

250 g Brombeeren	1 TL Zitronensaft
1 EL Puderzucker	1 TL Vanillezucker
400 ml eiskalte Milch (1,5 % Fett)	50 g Magerquark
100 g Vanilleeiscreme	2 kleine Holzspieße

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 GLÄSER | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 290 kcal

Zubereitung

1. Die Brombeeren verlesen, unter kaltem Wasser abbrausen und mit Küchenpapier trockentupfen. 6 Beeren für die Garnitur beiseite legen.

2. Restliche Brombeeren mit Zitronensaft, Puderzucker, Vanillezucker und etwa der Hälfte der Milch im Mixer aufmixen. Restliche Milch, Quark und Vanilleeiscreme kräftig untermixen.

3. Brombeer-Smoothie auf 2 große Bechergläser verteilen. Je 3 beiseite gelegte Beeren auf einen kleinen Spieß stecken und über das Glas legen. Den Drink sofort servieren.