

Rezept

# Detox After-Eight-Smoothie

Ein Rezept von Detox After-Eight-Smoothie, am 26.04.2024

## Zutaten

1 ½ Bananen

2 EL rohes Kakaopulver (Bioladen)

15 Blätter Minze

2 Stiele Minze zum Garnieren

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Gläser (à 250 ml) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 90 kcal

## Zubereitung

1. Die Bananen schälen, in grobe Stücke schneiden und in den Mixer geben. Die Minze waschen. Die Minze mit dem Kakao und 250 ml Wasser ebenfalls in den Mixer geben. Alles auf höchster Stufe mixen, bis der Smoothie schön cremig ist.
2. Den Smoothie auf zwei Gläser verteilen, mit je 1 Stiel Minze garnieren und servieren. Oder in ein verschließbares Gefäß geben und bis zum Verzehr im Kühlschrank aufbewahren.