

Rezept

Himbeer-Colada

Ein Rezept von Himbeer-Colada, am 07.11.2024

Zutaten

2	Bio-Limetten	250 g	Himbeeren (frische oder aufgetaute TK-Beeren)
125 ml	Ananassaft	300 g	Naturjoghurt
400 g	ungesüßte Kokosmilch (Dose)	6 TL	flüssiger Honig
8	Eiswürfel		evtl. etwas Minze zum Garnieren

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min
| **Pro Portion** Ca. 150 kcal

Zubereitung

1. Die Limetten heiß waschen, abtrocknen und die Schale fein abreiben. Die Limetten halbieren, eine Hälfte längs in Spalten schneiden und beiseitelegen, die übrigen Hälften auspressen.

2. Die Himbeeren verlesen, mit dem Limetten- und Ananassaft in den Mixer geben und fein pürieren.

3. Joghurt, Kokosmilch, Honig und Limettenschale hinzufügen. Alles noch einmal kurz und kräftig aufmixen.

4. Die Eiswürfel auf vier Gläser verteilen und den Drink darauf verteilen. Die Limettenspalten einschneiden und als Deko an den Glasrand stecken. Nach Belieben mit Minze dekorieren.