

Rezept

# Kirschenspritzzz

Ein Rezept von Kirschenspritzzz, am 20.04.2024

## Zutaten

<b>5</b> Blättchen frische Pfefferminze	<b>75 g</b> Süßkirschen
<b>3 EL</b> eiskalter griechischer Sahnejoghurt (10 % Fett)	<b>150 ml</b> eiskalte »Bionade Kräuter«
Standmixer	gestoßenes Eis
Trinkhalm	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 1 großes Longdrinkglas (350 ml) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Pro Portion** Ca. 125 kcal

## Zubereitung

1. Die Minzeblättchen kalt abspülen, trockentupfen, in Streifen schneiden und in den Mixer geben.

---

2. Die Kirschen waschen, trocknen und entsteinen. Die Kirschen grob klein schneiden und mit dem Joghurt und 2-3 EL gestoßenem Eis ebenfalls in den Mixer geben. Alles durchmischen, bis eine homogene Flüssigkeit entstanden ist.

---

3. Die Kräuter-Limonade dazugeben und alles noch einmal kurz durchmischen. Den Inhalt des Mixers in das Glas gießen und den Smoothie mit dem Trinkhalm servieren.