Rezept

Mandeltraum-Smoothie

Ein Rezept von Mandeltraum-Smoothie, am 12.10.2024

Zutaten

200 g	Heidelbeeren
1 TL	Zimtpulver
ca. 250 ml	Wasser
1	Banane
250 ml	Mandeldrink

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Gläser | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 75 kcal

Zubereitung

1. Die Heidelbeeren waschen und in den Mixer füllen. Die Banane schälen, in Stücke schneiden und ebenfalls in den Mixer geben. Den Zimt hinzufügen.

2. Den Mandeldrink und das Wasser dazugießen und alles fein pürieren.