

Rezept

Protein Coffee on the Rocks

Ein Rezept von Protein Coffee on the Rocks, am 04.10.2023

Zutaten

¼ Avocado	200 ml ungesüßter Coldbrew Coffee Coffee (ersatzweise normal aufgebrühter, kalter Kaffee)
25 ml cremige Kokosmilch	¼ TL Zimtpulver
¼ TL gemahlene Vanille	3 Eiswürfel
½ EL ungesüßtes Kakaopulver	8 g ungesüßtes Reisprotein mit Schokogeschmack

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Glas (ca. 400 ml) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal, 12 g F, 8 g EW, 3 g KH

Zubereitung

1. Die Avocado von Schale und Kern befreien, mit allen anderen Zutaten in einen Standmixer geben und mit der Icecrush-Funktion mixen, bis ein Smoothie entstanden ist.

2. Für noch mehr kühle Frische kannst du nach dem Mixen noch mehr Eiswürfel dazugeben. Den Smoothie ins Glas gießen und sofort genießen.