

APFEL-BANANE SMOOTHIE MIT NUTELLA UND ERDNUSSBUTTER

APFEL-BANANE SMOOTHIE MIT NUTELLA UND ERDNUSSBUTTER

Ich habe nie behauptet, dass Smoothies zwingend gesund sein müssen. Nein, niemals nie! Die Kombination Apfel und Banane trifft ja auf Pinterest immer wieder mal auf ein oder zwei Löffelchen Erdnussbutter - ich gehe noch einen Schritt weiter und lasse einen ordentlichen Klecks Nutella in den Mixer plumpsen. Ich war ein bisschen in Sorge, dass der Smoothie zu dünn schmeckt weil Mineralwasser dazu kommt... aber er wird wunderbar lecker, nussig, süß und schmackhaft. Wenn ihr also mal neben ein paar Vitaminen auch einen Grund sucht zum Frühstück zu naschen, dann könnt ihr diesen Apfel-Banane Smoothie mit Nutella und Erdnussbutter ja einfach mal ausprobieren!



ZUTATEN FÜR 2 GLÄSER SMOOTHIE:

2 Äpfel

1 Banane

60g Erdnussbutter

70g Nutella

250ml kaltes Mineralwasser

5-6 Eiswürfel

ZUBEREITUNG:

Die Äpfel schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Banane schälen. Das Obst gemeinsam mit der Erdnussbutter und der Nutella in den Mixer* geben. Mit Mineralwasser auffüllen, die Eiswürfel dazu geben und mixen bis keine Stücke mehr zu sehen sind.



Den Apfel-Banane Smoothie mit Erdnussbutter und Nutella auf zwei passende Gläser verteilen und sofort vernaschen.

Super lecker!



©katha-kocht.de