

MANGO-ANANAS SMOOTHIE

MANGO-ANANAS SMOOTHIE

Heute wird es tropisch – für diesen Mango-Ananas Smoothie sind neben den zwei Stars auch noch frisch gepresster Orangensaft und Zitronensaft ins Glas gewandert. So wird der Smoothie eine ordentliche Vitaminbombe, schmeckt frisch und fruchtig und die Süße der Mango gleicht die Säure der Zitrusfrüchte perfekt aus.



ZUTATEN FÜR 2-3 GLÄSER:

1 Mango

1 süße Ananas

150ml Mineralwasser

3 Orangen

2 Zitronen

6-7 Eiswürfel

ZUBEREITUNG:

Die Mango vom Stein schneiden und schälen. Die Ananas schälen und den Strunk entfernen. Den Saft aus den Orangen und Zitronen auspressen und zusammen mit dem Mineralwasser, der Mango und der Ananas in den Mixer geben.

Die Eiswürfel zufügen und alles mixen bis keine Stücke mehr zu sehen sind.

Auf passende Gläser verteilen und mit Strohhalmen servieren.



Lecker und gesund!

