

ERDBEER-BANANE SMOOTHIE MIT EXTRA VITAMIN C

ERDBEER-BANANE SMOOTHIE MIT EXTRA VITAMIN C

Was für ein Wetter - in einem Moment scheint die Sonne und im nächsten stürmt und hagelt es. Aber was will man machen, es ist April und der macht ja bekanntlich was er will. Damit wir uns heute beim Ostereiersuchen nicht erkälten habe ich einen Erdbeer-Banane Smoothie mit extra viel Vitamin C für euch gemixt. Fruchtig, frisch und lecker!



ZUTATEN FÜR 2-3 GLÄSER SMOOTHIE:

2 Bananen

300g Tiefkühlerdbeeren

200ml Mineralwasser

3 Zitronen

ZUBEREITUNG:

Die Bananen schälen und zusammen mit den Erdbeeren, dem Mineralwasser und dem Zitronensaft in den Mixer geben. Mixen bis keine Stücke mehr zu sehen sind.



Den Erdbeer-Banane Smoothie auf große Gläser verteilen und mit Strohhalmen servieren.



Lecker und gesund!



©katha-kocht.de

