

KAKI-BANANE SMOOTHIE MIT HEIDELBEEREN

KAKI-BANANE SMOOTHIE MIT HEIDELBEEREN

Wenn ich Smoothies mixe verwende ich meistens das was da ist - da wandern auch einfach mal die Reste aus der Obstschale in den Mixer. Dabei wäre es so schön auf dem Foto noch ein paar Beeren, Bananen oder Kakis zu haben, nur extra dafür mehr kaufen als man braucht oder etwas übrig zu lassen was im Glas landen könnte ist nicht so mein Ding. Also müsst ihr mit diesem relativ schmucklosen Foto vorlieb nehmen und mir glauben, dass der Kaki-Banane Smoothie mit Heidelbeeren wirklich gut geschmeckt hat!



ZUTATEN FÜR 2 GLÄSER:

1 Banane

2 Kakis

125g Heidelbeeren

250ml Orangensaft

6 Eiswürfel

ZUBEREITUNG:

Die Kakis vierteln und schälen, die Heidelbeeren waschen, die Banane schälen. Alles zusammen mit dem Orangensaft und den Eiswürfeln in den Mixer geben und mixen bis keine Stücke mehr zu sehen sind.

Auf zwei passende Gläser verteilen und mit Strohhalmen servieren.

Frisch und lecker!



©katha-kocht.de



©katha-kocht.de