

FRUCHTSMOOTHIES

Zutaten

Reste von Obst oder Früchten

Zubereitung

Entkerntes Obst, Karotte (wenn nötig geschält), Orangen, Bananen, Ananas etc.geschält, alles in Stücke teilen und cremig mixen. Zum Schluß Eis beimengen, kurz durchmixen. Mit Zitronensaft abschmecken, eventuell etwas nachsüßen. Mit Schlagobers und Knusperstangerl ganieren.