

Feldsalat-Ananas Smoothie

Zubereitungszeit: <5 Minuten

Zutaten für 2 Personen:

1 Baby-Ananas, alternativ 1/4 Ananas, essfertig

1 Avocado, essfertig, grobe Stücke

1 Msp. Kurkuma

1 Handvoll Feldsalat, essfertig

3 Zweige Minze, essfertig, gezupft

300 ml Kokoswasser

4 Eiswürfel

Optional: Metabolic Balance Eiweißpulver, Menge nach Bedarf

Zubereitung:

Alle Zutaten bis auf die Eiswürfel der Reihe nach in einen Standmixer geben und zu einem feinen Smoothie pürieren. Eiswürfel zugeben und so lange mixen, bis diese sich aufgelöst haben.

Feldsalat-Ananas Smoothie auf Longdrinkgläser verteilen und sofort servieren.