

## **Karotten-Ananas Smoothie**

Zubereitungszeit: <5 Minuten

### Zutaten für 2 - 3 Gläser:

1 Baby-Ananas, alternativ 1/4 Ananas, essfertig  
1 Daumenkuppe großes Stück Ingwer, gerieben  
Wenig Chilischote, fein gehackt  
1 Msp. Kurkuma  
3 Zweige Minze, essfertig, gezupft  
200 ml Karottensaft naturell  
4 Eiswürfel

### 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. Karotten-Ananas Smoothie auf Longdrinkgläser verteilen und sofort servieren.