



REZEPT
DES MONATS

Beerensmoothie mit Joghurt

Zutaten für 4 Personen

300 g	tiefgefrorene oder frische Früchte
100 g	Joghurt 3,5%
100 ml	Milch 3,5%
50 g	Zucker
	etwas Zitrone und Vanillezucker

Zubereitung

- Früchte in einer Schüssel leicht antauen lassen
- Frische Früchte abwaschen
- Restliche Zutaten in die Schüssel geben und mit dem Pürierstab zerkleinern
- Sofort servieren

Guten
Appetit!