

# Rezept Mango Limetten Smoothie

## Produktfotos



## Kurzbeschreibung

- Exotische Fruchtbombe
- Lecker zum Frühstück oder für Zwischendurch
- Besonders erfrischend wenn er kühl genossen wird

# Zutatenliste

## 1. Schritt

250 g	selbstgemachter Joghurt ( <b>Eigenbeschaffung</b> )
250	Mango ( <b>Eigenbeschaffung</b> )
12 ml oder 0 Stck.	Zitronensaft, 2 EL (oder Limettensaft) ( <b>Eigenbeschaffung</b> )
16,08 g oder 12 ml	Apfelsüße, 1 - 2 EL nach Geschmack

# Zubereitung

1. 1 Liter Joghurt nach Grundrezept herstellen.
2. Zubereitung Mango Limetten Smoothie
3. Mango schälen und in grobe Stücke schneiden.
4. Joghurt in einen Mixer geben, Mango und den Limetten- bzw. Zitronensaft hinzugeben und kurz auf höchster Stufe durchmischen. Falls dem Drink etwas Süße fehlt, 1-2 EL Apfelsüße oder Honig hinzufügen.
5. Für einen etwas flüssigeren Smoothie kann nach Belieben noch etwas Milch bzw. Wasser in den Mixer gegeben werden und kurz auf höchster Stufe noch einmal durchgemixt werden.
6. 4 Portionen á 125 g ca. 85 kcal pro Portion.

## Mehr Informationen

---

Artikelnummer	002200036
Schwierigkeit	Leicht
Dauer	00:30
Variante	500 g
Package Amount	500.000000

## Zubehör Set



### Zubehör-Set, 1 St.

CHF 21.75

- Grundausrüstung zur Herstellung von selbst gemachter Kosmetik / Seifen / Kerzen

## 1. Schritt

Zitronensaft

CHF 0.00

Mango

CHF 0.00

selbstgemachter Joghurt

CHF 0.00

