Rezept Heidelbeer Bananen Smoothie

Produktfotos

Kurzbeschreibung

- Fruchtig & cremig

- Schmeckt auch Kindern
- Leckere Erfrischung für warme Sommertage

Beschreibung

Fruchtig lecker mit selbst gemachtem Joghurt. Erfrischend an warmen Sommertagen.

Zutatenliste

1. Schritt

200 g	selbstgemachter Joghurt **(Eigenbeschaffung)**
1 Stck.	Banane(n) **(Eigenbeschaffung)**
100 ml	stilles Wasser **(Eigenbeschaffung)**
200 g	Heidelbeeren, gefroren **(Eigenbeschaffung)**
0,13 EL oder **2,68 g** oder **2 ml** oder **0,4 TL**	Apfelsüße, 1 TL

Zubereitung

1. 1 Liter Joghurt nach Grundrezept herstellen.
2. Zubereitung Heidelbeer Bananen Smoothie
3. Joghurt in einen Standmixer füllen. Heidelbeeren sowie die in Scheiben geschnittene Banane hinzugeben und mit dem Wasser auffüllen. Mit etwas Apfelsüße süßen und kurz auf höchster Stufe pürieren.
4. Damit der Smoothie besser gekühlt wird, können TK-Früchte verwendet werden oder ein paar Eiswürfel mit pürieren. Der Smoothie kann auch als schneller Frozen Joghurt angeboten werden. Allerdings sollte diese sofort verzehrt werden, da sich die Masse schnell verflüssigt.
5. 4 Portionen á 125 g ca. 84 kcal pro Portion.

Mehr Informationen

Artikelnummer	002200038
Schwierigkeit	Leicht
Dauer	00:30
Variante	500 ml
Portionen	125
Package Amount	500.000000

Preise

1. Schritt

	Heidelbeeren	CHF 0.00
	stilles Wasser	CHF 0.00
	Banane(n)	CHF 0.00
	selbstgemachter Joghurt	CHF 0.00

Zubehör

Thermometer 200 mm bis 100 °C, 1 St. CHF 6.45

• Für selbstgemachte Kosmetik
• Vielseitig einsetzbar
• Sicher und ungiftig

Joghurtbereiter für Joghurt, Quark & Co., 1 St. CHF 35.45

• Zur Zubereitung von selbstgemachtem Joghurt, Trinkjoghurt, Quark, Frischkäse, Kefir und Dickmilch
• 5 Funktionsstufen mit 3 verschiedenen Temperaturen
• Fassungsvermögen 1l, BPA-frei
• Schaltet nach Beendigung des Fermentierungsprozesses automatisch ab