
Rezept Johannisbeer Holunder Smoothie

Produktfotos



Kurzbeschreibung

- Leicht säuerlich & sehr erfrischend

- Cremiger Genuss aus dem heimischen Garten
- Abwechslungsreiche Dessertidee

Beschreibung

Zutatenliste

1. Schritt

250 g	selbstgemachter Joghurt (Eigenbeschaffung)
150 g oder 150 ml	Milch (Eigenbeschaffung)
100 g	Johannisbeeren, rot (Eigenbeschaffung)
12 ml	Holundersirup, 1 - 2 EL nach Geschmack (Eigenbeschaffung)
16,08 g oder 12 ml	Apfelsüße, 1 - 2 EL nach Geschmack

Zubereitung

1. 1 Liter Joghurt nach Grundrezept herstellen.
2. Zubereitung Johannisbeer-Holunder Smoothie
3. Joghurt mit Milch, den abgezapften Johannisbeeren und dem Holundersirup in einen Standmixer füllen und kurz auf höchster Stufe pürieren.
4. Nach Bedarf mit etwas Apfelsüße oder Honig abschmecken.
5. 4 Portionen á 125 g ca. 83 kcal pro Portion.

Mehr Informationen

Artikelnummer	002200040
Schwierigkeit	Leicht
Dauer	00:30
Variante	500 ml
Package Amount	500.000000

Preise

Zubehör Set



Zubehör-Set, 1 St.

CHF 21.75

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

1. Schritt

Holundersirup	CHF 0.00
Johannisbeeren	CHF 0.00
Milch	CHF 0.00
selbstgemachter Joghurt	CHF 0.00

