

Rezept Cremiger-Smoothie mit Reinlecithin

Produktfotos



Kurzbeschreibung

- Einfach & schnell
- Natürliche Energiequelle
- Cremige Konsistenz ohne Milchprodukte

Beschreibung

Probier diesen cremigen, nährstoffreichen Smoothie mit **Reinlecithin** aus – dein natürlicher Energie-Booster für Körper und Geist!

Zutatenliste

Zubereitung

1 Stck.	Banane(n) (Eigenbeschaffung)
200 ml	Kokosmilch, Oder ein anderer Pflanzendrink (Eigenbeschaffung)
	Babyspinat, Ca. 1 Handvoll (Eigenbeschaffung)
4,5 g	Reinlecithin Granulat, ca. 1 TL
2,5 g	BIO Flohsamenschalen, 99 % Reinheit, ca. 1 TL
5 g	TK-Beeren, ca. 1 Handvoll (Eigenbeschaffung)
0,5 St.	Avocado (Eigenbeschaffung)
0,33 EL oder 6,7 g oder 5 ml oder 1 TL	Apfelsüße

Zubereitung

1. Gib alle Zutaten in den Mixer oder nutze einen Stabmixer, mixe, bis alles schön cremig ist, und genieße deinen Power-Smoothie sofort!
2. Tipp: Für eine erfrischende Note füge etwas frische Minze hinzu!

Mehr Informationen

Artikelnummer	002100589
Schwierigkeit	Leicht
Dauer	00:05
Variante	250 ml
Portionen	50
Package Amount	0.000000

Preise

Zubereitung

	Avocado	CHF 0.00
	TK-Beeren	CHF 0.00
	Reinlecinthin Granulat, 400 g • Reines Naturprodukt	CHF 18.95
	Babyspinat	CHF 0.00
	Kokosmilch	CHF 0.00



Banane(n)

CHF 0.00

