

Einfache und gesunde Smoothie-Rezepte aus dem Thermomix®:



Vitaminbomben schnell zubereitet.

Wir haben bereits 3 fruchtige Varianten für Euch ausprobiert.
Einfach, schnell und mega-lecker - probiert es aus!

Apfel-Orangen-Bananen Smoothie

180g Äpfel
100g Banane
2 Orangen (Saft)
1 Blutorange (Saft)
80ml Mandelmilch

Exotischer Kokos-Fruchtbecher

1 Banane
1 Bund Koriandergrün
2 Hände voll TK Erdbeeren oder anderes Obst nach Wahl
250 g Kokosmilch

Minziger Ananas- Drink

1 Banane
1/2 Ananas
2 Stängel Minze
1 kleine Hand Korianderblätter

Für die Zubereitung der Smoothies einfach alle Zutaten in den Mixtopf geben und auf Stufe 10 für 1:30 Min. mixen.

Lasst es Euch schmecken und bleibt gesund 😊
Euer Wundermix Team