Himbeer Smoothie

Zutaten für 3 Portionen:

- 125 g Himbeeren
- 1 Banane
- 200 g Naturjoghurt

Arbeitszeit: ca. 5 Minuten

Zubereitung:

1. Wasche die Himbeeren. Schäle die Banane.

2. Gib die Banane mit den Himbeeren und dem Joghurt in eine Schüssel.

3. Püriere alles zu einem feinen Himbeer-Smoothie.

4. Wenn dich die kleinen Himbeerkerne stören, kannst du ihn zum Schluss noch durch ein Haarsieb gießen.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem Shop.