

Apfel-Avocado-Banane Power-Smoothie

Zutaten:

- 1 Handvoll Blattspinat oder Feldsalat
- 1 Apfel
- 1 Banane
- 1/4 Avocado
- 1 Scheibe Bio Limette
- 1 Tasse Wasser



Zubereitung:

Gemüse waschen, Apfel entkernen und die Früchte in kleine Stücke schneiden.

Fruchtfleisch der Limette hinzufügen und alles pürieren.

Ein ausgewogener, schneller Smoothie voll immunstärkender Vitamine und Mineralstoffe.