WIEDEMANN'S
RESTAURANT

REZEPT März 2020

Beeren-Mandel-Smoothie

ZUTATEN

250 g Beeren gerne frisch oder tiefgekühlt
Halbe Grapefruit
Saft einer Zitrone
200 ml Mandelmilch (alternativ Buttermilch)
2 TL Leinöl
4 TL Haferflocken
1 TL Agavendicksaft

ZUBEREITUNG

Alle Zutaten in den Mixer geben oder mit dem Stabmixer ganz fein pürieren.
Lässt sich toll zum Frühstück oder als kleine Zwischenmahlzeit genießen.

Gibt den nötigen Schwung für den Tag...