

Gründrink „Amy“

Anzahl Personen: 1

Vegan

Menge	Zutaten	Bearbeitung	© Infovita GmbH
3 Stk.	Datteln, entsteint		
0.25 Stk.	Avocado, geschält		
1 Stk.	Orangen, geschält	vierteln	
1 Stk.	Apfel	vierteln	
5 cm	Gurke	vierteln	
6 Stk.	Erdbeeren, gefroren		
1 KL	Supergreen		
	Brennnesseln		
	Melisse		
	Spinat		
	Kohlrabiblätter		
0.5 Liter	Wasser		

Anleitung

Alle Zutaten in einem leistungsstarken Mixer zu einer cremigen Masse pürieren. Je nach gewünschter Konsistenz noch mehr Wasser zufügen. Genießen!