

REZEPT PINA COLADA SMOOTHIE BOWL

ZUTATEN

Smoothie

- 120 g Ananas
- 100 g Gurke
- 1 Banane
- 70 ml Kokosnusswasser
- 100 ml Kokos Drink

Topping

- 1 Handvoll Kokoschips
- 1 Handvoll Heidelbeeren
- 1 Teelöffel Gojibeeren
- 1 Teelöffel Leinsamen
- ½ Teelöffel Kurkumapulver (je Schale)
- Optional: einige Scheiben Kiwano

ZUBEREITUNG

Die Smoothie Zutaten pürieren und in zwei Schalen füllen.

Das Topping auf die Schalen verteilen.

PORTIONEN: 2 Portionen

COPYRIGHT BY STARDUSTANDPANTRIES.DE 