



**Grüner
Honigsmoothie**

**Out Of
Home**

Grüner Honigsmoothie

Für 10 Portionen:

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

200 g Spinat Ø € 1,99

1 Avocado, essreif Ø € 1,50

1 großer Apfel Ø € 0,40

40 g Ingwer Ø € 0,30

1 Bio-Limette Ø € 0,40

60 g Schwartau

Blütenhonig Ø € 0,60

1 Prise Salz Ø € 0,00

600 ml Orangensaft,
frisch gepresst Ø € 1,50

500 g Crushed Ice Ø € 0,60

Außerdem:

100 g Corny Müsli
Nuss-Crunch Ø € 0,69

.....
insgesamt für
10 Portionen € 7,98

1. Spinat waschen und gründlich abtropfen lassen. Avocado halbieren, Stein entfernen, das Fruchtfleisch herauslösen. Apfel waschen, Stiel entfernen. Fruchtfleisch mit Kerngehäuse grob würfeln. Ingwer schälen und grob würfeln. Limette waschen, Schale trocknen und dünn abreiben. Saft auspressen.

2. Spinat, Avocado, Apfel, Ingwer, Limettenschale und -saft, Schwartau Blütenhonig, Salz, Orangensaft und Crushed Ice in einen Aufsatzmixer geben und fein pürieren. Zutaten in Gläser füllen und mit jeweils einem Esslöffel Corny Müsli Nuss-Crunch verzieren.

