

# Power-Smoothie mit Roter Bete

Zutaten für 2 Personen

**Zubereitungszeit** 10 Minuten

**Schwierigkeit** einfach

## Zutaten

1 Rote Bete, gekocht  
350 ml Pflanzenmilch  
70 g Himbeeren  
1 EL Hanfsamen oder Chiasamen  
1 Banane  
1 EL Zitronensaft  
1 TL Ingwerpulver  
Minzblätter



## Zubereitung

Rote Bete grob zerkleinern und mit den anderen Zutaten pürieren. Je nach Geschmack mehr Zitronensaft oder Ingwerpulver beifügen. Zum Schluss den Smoothie mit Minzblättern garnieren.