

Smoothie mit Hagebuttenpulver

Zutaten für 2 Personen

Zubereitungszeit 5 Minuten

Schwierigkeit einfach

Zutaten

3	Blutorangen, geschält und entkernt
1	kleine Papaya
1 Päckchen	Vanillezucker
2 TL	Hagebuttenpulver
100 ml	Joghurt
2 TL	Omega 3 DHA+EPA Leinöl + Walnuss
50 ml	Wasser
	frische Minze
1 TL	Chiasamen
1 TL	Ingwerpulver



Zubereitung

Alle Zutaten in einen Mixer geben, zu einer gleichmäßigen Masse pürieren und auf Gläser verteilen. Mit frischen Minzblättern garnieren.