

# Blaubeer Mandel Smoothie



## Einkaufsliste:

150g TK Blaubeeren  
50g TK Kirschen  
Saft einer Zitrone  
50g gemahlene Mandeln  
50g Haferflocken  
200-300ml (Kokos)Wasser  
150ml Maracuja- oder Orangensaft  
2EL Joghurt

## So wird's gemacht:

Alle Zutaten in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab pürieren (oder in den Smoothiemaker), nach Belieben mit Wasser auffüllen. Masse in ein Glas (220ml) füllen. Mit Haferflocken nach Belieben dekorieren.