

# Himbeer Apfel Smoothie



## Einkaufsliste:

1 Apfel  
1 Kiwi  
200g TK Himbeeren  
200ml (Kokos)Wasser  
Saft von 2 Zitronen  
150ml Orangensaft  
1TL Ahornsirup  
2EL Müsli (Rezept im  
Knusperstübchen) oder  
Haferflocken

## 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 Müsli/Haferflocken nach Belieben dekorieren.