

Himbeer-Apfel Smoothie mit Sellerie

Zutaten 2 Portionen

- 200g Himbeeren (frisch oder TK)
- ½ Apfel (Granny)
- 1 Bio-Zitrone (Saft, Schale reiben)
- 1 Handvoll roter Baby-Mangold
- 2 Stängel Basilikum
- 200 ml Wasser

Zubereitung

Alle Zutaten waschen, ggf. schälen, in Stücke schneiden und cremig pürieren. Evtl. etwas Wasser zugeben, bzw. mit Natreen oder Stevia süßen.