



Ananas-Bananen-Cocktail

 Dauer
10 min.

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Bio-Zitronen	1 St.
Minze, frisch	10 g
Ananas	1 St.
Bananen	4 St.

Zubereitung

Zitrone waschen, halbieren und Saft auspressen. Minze waschen und Blätter abzupfen. Ananas und Banane schälen und würfeln.

Obst und 1–2 EL Zitronensaft in einem hohen Gefäß mit Hilfe eines Pürierstabs zu einem glatten Mus verarbeiten. Auf 4 Gläser verteilen und mit Minze garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	212 kcal		
Kohlenhydrate	56 g	Ballaststoff	7 g
Eiweiß	3 g	Fette	1 g