



Rezepte > Getränke

# Ananas-Kokos-Smoothie mit Honig

Zeit gesamt  
15min

Zubereitungszeit  
15min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Ananas	0.25 St.
Trinkjoghurt Kokos	1000 g
Honig	1 EL
Eiswürfel	100 g

## Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, SILVERCREST Stabmixer/ Pürierstab

1. Ananas schälen, holzigen Kern entfernen und Fruchtfleisch grob würfeln. In einem hohen Gefäß oder Standmixer Ananas (ca. 500 g), Trinkjoghurt, Eiswürfel und Honig fein pürieren.
2. Ananas-Kokos-Smoothie auf Gläser verteilen und servieren.

Zum Wohl!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	201 kcal
Kohlenhydrate	38 g
Eiweiß	8 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	3 g