

## Erdbeer-Bananen-Smoothie

Zeit gesamt
10min



Zubereitungszeit 10min





## Zutaten

für 4 Portionen

Bananen	4 St
Erdbeeren	10 St
Buttermilch	600 m
Erdbeerjoghurt	500 ք
Honig	1 Tl
Schokoladenstreusel,	2
Zartbitter	TL

## Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, SILVERCREST Stabmixer/ Pürierstab

- 1. Bananen schälen und grob schneiden. Erdbeeren waschen und Strunk entfernen. In einem hohen Gefäß Bananen, Erdbeeren, Buttermilch, Erdbeerjoghurt und Honig cremig pürieren.
- 2. In 4 Gläser geben und zum Servieren mit Schokoladenstreuseln bestreuen.

**Guten Appetit!** 

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	396 kcal
Kohlenhydrate	72 g
Eiweiß	11 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	9 g