

## Erdbeer-Orangen-Smoothie mit Kokos





Zubereitungszeit 10min





## Zutaten

für 4 Portionen

Erdbeeren	400 g
Orangen	4 St.
Kokosnussmilch	800 m

## Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, SILVERCREST Stabmixer/ Pürierstab

- 1. Erdbeeren waschen, Strunk entfernen und vierteln. Orangen waschen, halbieren und Saft auspressen.
- 2. In einem hohen Gefäß Erdbeeren, Orangensaft und Kokosnussmilch fein pürieren. Auf Gläser verteilt servieren.

**Guten Appetit!** 

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	425 kcal
Kohlenhydrate	29 g
Eiweiß	5 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	34 g