



Orangen-Kokos-Shake

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Bio Limetten	4 St.
Vanillinzucker	20 g
Zucker	70 g
Kokosraspel	2 EL
Schlagsahne	100 g
Kokosnussmilch	400 ml
Orangensaft	600 ml
Eiswürfel	4 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf

1. Limetten halbieren und Saft auspressen. In einem Topf bis auf 2 EL Limettensaft mit Vanillinzucker und Zucker einmal aufkochen. Abkühlen lassen.
2. Kokosraspeln auf einen Teller geben. 4 Gläser mit dem Rand erst in den beiseitegestellten Saft, dann in die Kokosraspel tauchen. In einem hohen Gefäß Sahne mit einem Handrührgerät mit Schneebesen steif schlagen.
3. In einem Shaker abgekühlten Sirup mit Kokosmilch, gekühltem Orangensaft und Eiswürfeln kräftig verrühren. Vorsichtig in die Gläser gießen und jeweils eine kleine Sahnehaube daraufsetzen. Sofort servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	370 kcal
Kohlenhydrate	48 g
Eiweiß	3 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	20 g