



Ananas-Bananen-Cocktail

Zeit gesamt
10min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

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

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, Pürierstab

1. Zitrone waschen, halbieren und Saft auspressen. Minze waschen und Blätter abzupfen. Ananas und Bananen schälen und würfeln.
2. Obst und 1–2 EL Zitronensaft in einem hohen Gefäß mithilfe eines Pürierstabs zu einem glatten Mus verarbeiten. Auf 4 Gläser verteilen und mit Minze garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	283 kcal
Kohlenhydrate	74 g
Eiweiß	4 g
Ballaststoffe	9 g
Fette	1 g