



Erdbeer-Bananen-Smoothie

Zeit gesamt
10min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Bananen	4 St.
Erdbeeren	10 St.
Buttermilch	600 ml
Erdbeeryoghurt	500 g
Honig	1 TL
Schokoladenstreusel, Zartbitter	2 TL

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, Pürierstab

1. Bananen schälen und grob schneiden. Erdbeeren waschen und Strunk entfernen. In einem hohen Gefäß Bananen, Erdbeeren, Buttermilch, Erdbeeryoghurt 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