



Rezepte > Frühstück

Erdbeer-Orangen-Drink

Zeit gesamt
10min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|---------------|--------|
| Erdbeeren | 400 g |
| Orangensaft | 800 ml |
| Minze, frisch | 5 g |

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, Pürierstab

1. Erdbeeren waschen, Strunk entfernen und vierteln. In einem hohen Gefäß Erdbeeren mit Orangensaft pürieren. Minze waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen. Auf Gläser verteilen und mit Minze garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 123 kcal |
| Kohlenhydrate | 29 g |
| Eiweiß | 2 g |
| Ballaststoffe | 3 g |
| Fette | 1 g |