

Kokos-Beeren-Smoothie

Zutaten (für 1 Personen):

- 100 ml Kokosmilch
- 100 g Beeren
- 1 EL Limettensaft
- 1 Orange

Orange auspressen. Saft zusammen mit den anderen Zutaten in ein Gefäß füllen und mixen.

Sendung/Quelle: Die Ernährungs-Docs

Sendetermin: 29.01.2024

Koch/Köchin: Medicum Hamburg

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen