

# Beerenstarker Smoothie

**CO<sub>2</sub>-Bilanz:** ca. 360 g CO<sub>2</sub>

**Zubereitungszeit:** ca. 10 Minuten

**Zutaten** für 4 Portionen:

- Minzblätter
- 250 ml Leitungswasser
- 750 g frisches Obst/ Gemüse
  - Erdbeeren
  - Apfel
  - Birne
  - Rote Beete
  - Himbeeren
  - Blaubeeren
  - Brombeeren



## Zubereitung

1. Obst und Gemüse putzen und wenn nötig zerteilt und entkernt
2. Alles mit Leitungswasser in den Mixer geben und zu einer gleichmäßigen Masse verarbeiten
3. Den Smoothie in ein Glas füllen und mit Minzblättern dekorieren



**Guten Appetit!**