

GreenVit Smoothie

CO₂-Bilanz: ca. 310 g CO₂

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

Zutaten für 4 Portionen:

- 300 g Grünkohl
- 300 g Orange
- 400 g Pflaume



Zubereitung

1. Grünkohl waschen und etwas zerkleinern
2. Orangen schälen und halbieren
3. Pflaumen waschen und entkernen
4. Alle Zutaten im Mixer pürieren, bis eine einheitliche Masse entsteht



Guten Appetit!