

Mandarinen-Smoothie

für eine Portion

2 Mandarinen
100ml Bananensaft
150ml Kokoswasser oder -milch
2 El Schmelzflocken



Die Mandarinen gründlich schälen und dabei versuchen, soviel wie möglich von der weißen Pelle zu erwischen. Zusammen mit den restlichen Zutaten fein pürieren und durch ein Sieb in ein Glas umfüllen. Diesen Schritt solltet ihr euch lieber nicht sparen, denn Teile der Mandarinhäutchen lassen sich weder pürieren, noch essen (ich habs versucht – örgs)

Diese Mischung war ein Zufallsprodukt, weil in meinem Kühlschrank noch ein Rest Bananensaft herum stand und ich bin froh drum, denn es ist sooooo lecker! Und die Farbe ist so schön, ich bin verliebt....