



## Energie-Smoothie



### Zutaten

150 g Ananas  
1 Banane  
Ca. 4 dünne Scheiben (etwa 3 mm dick) Ingwer  
50 g Lollo Bionda  
Einige Himbeeren  
120 g stilles Wasser

### Zubereitung

Alle Zutaten in einen Standmixer geben 1 Min. auf Maximalstufe mixen.

Oder

Alle Zutaten in ein hohes, schmales Gefäß geben und mit dem Pürierstab kräftig durchpürieren (ca. 1-2 Minuten).

**Zubereitungszeit ca. 10 Minuten**