

Smoothie mit Beeren

Du brauchst:

200 g frische oder gefrorene Beeren
2dl Wasser
200 g Halbfettquark
1 EL Honig flüssig
Evtl. Zucker zum Süßen



Mische alle Zutaten in einem Mixbecher.



Mixe alles gut mit dem Mixstab.



Richte alles in einem Glas an und genieße deinen Smoothie!

