

Iced Coco Berry Smoothie I vegan

○ Leicht

Zutaten für 1 Personen

Zubereitungszeit:

Arbeitszeit: 2 Min.

Vorbereitungszeit: 3 Min.

300 ml kaltes Wasser

50 g

1 TL

80 g gefrorene Beeren (z.B. Johannisbeeren, Himbeeren, Erdbeeren, Brombeeren)

1 Stück frischer Ingwer

Basilikum

frische Minze

1

Wasser, Kokosmus, den geschälten und gewürfelten Ingwer und ein paar Basilikumblätter in einen Blender geben und mixen.

2

Die gefrorenen Beeren und das Kokosöl dazugeben und nochmals gut mixen.

3

Den Smoothie in Gläser füllen und mit frischer Minze garniert servieren.
