**REZEPTTIPP**

**Sommerliche Erfrischung:   
Blaubeeren-Smoothie mit Plose Mineralwasser Medium**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Zutaten für 2 Portionen:**   * 2 Bananen * 300 g Blaubeeren, frisch oder TK * 1 EL helles Mandelmus * **200 ml Plose Mineralwasser Medium** * 1 TL Honig * 1 Prise Zimt * 2 Blatt Basilikum * 2-3 EL griechischer Joghurt (oder Kokosjoghurt)   **Außerdem für die Deko**  Blütenpollen, Blaubeeren und frisches Basilikum |
| **Zubereitung:**   1. Die Bananen mit den Blaubeeren, Mandelmus, leichtem Plose Mineralwasser Medium, Honig, Zimt und den Basilikumblättern in den Mixer geben und zu einem cremigen Smoothie mixen. 2. Auf zwei Gläser aufteilen. Den griechischen Joghurt unterrühren und mit Blütenpollen, Blaubeeren und frischem Basilikum dekorieren.   **Bildmaterial**  *Bildunterschrift: Sommerlicher Blaubeeren-Smoothie mit Plose Mineralwasser Medium (Quelle: Plose Quelle AG/Denise Schuster)* | |

