



Natürlich Natur

Leckere Rezepte mit Spirulina *Spirulina-Smoothie*

Zutaten:

- 2 TL Spirulina Pulver
- 1 Banane
- ½ Avocado
- 400ml Orangensaft, am besten frisch gepresst
- Eiswürfel/Crushed Ice nach Bedarf

Zubereitung:

Banane schälen, Avocado schälen und entkernen. Alle Zutaten in einen Mixer oder Smoothie Maker geben und pürieren. Um die gewünschte Konsistenz zu erreichen, die Menge des Orangensafts variieren.



Guten Appetit und gutes Gelingen wünscht Ihnen Ihr

Bärbel Drexel Team