Rote Bete Apfel Smoothie

Ein Rezept von: **snoopy**



Zutaten für 2 Personen

Rote Beete: 1 Stück
Apfel: 1 Stück
Apfelsaft: 100 ml
Ingwer: ein bisschen
Honig: 1 EL
Limette: 1 Stück

Zubereitung

Ein schneller, gesunder und einfacher Smoothie Rezept.

Schritt: 1

Apfel waschen, entkernen und in Stücken schneiden, eine gekochte rote Beete würfeln . Ein EL Honig , das Fruchtfleisch einer Limette dazugeben und ein bisschen Ingwer raspeln.

Schritt: 2

100ml Apfelsaft dazugeben und alle Zutaten mit einem Blender für etwa 2-3 Minuten pürieren.
Lasst es Euch schmecken.