

Karotten Apfel Smoothie

Ein Rezept von: **snoopy**



Zutaten für 2 Personen

Karotte: 2 Stück
Apfel: 1 Stück
Orange: 1 Stück
Ingwer: ein bisschen
Apfelsaft: 100 ml

Zubereitung

Ein schneller, gesunder und einfacher Smoothie Rezept.

Schritt: 1

Apfel waschen, entkernen und in Stücken schneiden, Karotten und Orange schälen und würfeln . 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.