



Sauer macht lustig: Rhabarber-Erdbeer-Smoothie

Vorbereiten

15

Minuten

Zubereiten

3

Minuten

Niveau

Einfach



Zutaten

- 2 Stängel Rhabarber, geschält und in grobe Stücke geschnitten
- 150g Erdbeeren
- 150g fettarmer Naturjoghurt
- 1 EL Honig
- Saft von 1/2 Grapefruit
- 6 Blätter Basilikum
- 2 EL Wasser
- 1 Handvoll Eiswürfel

Zubereitung

Den Rhabarber zusammen mit dem Wasser in einen Topf geben und erhitzen, bis er zu zerfallen beginnt. Kurz abkühlen lassen. Alle Zutaten zusammen in einen Hochleistungsmixer geben und auf höchster Stufe pürieren.



Werbung: Nutze den **Gutschein-Code TIME2TRI** bei deiner Erstbestellung auf <https://artgerecht.com> und erhalte **10% Rabatt**.