


MINUTENDRINK

SCHAUMIGE MATCHA- BUTTERMILCH MIT MINZE

SEKUNDENSCHNELL
GEMIXT

Zutaten für ca. 1 Liter:
900 g Buttermilch, gekühlt
90 g Minzsirup
1 TL Matcha-Tee-Pulver

Serviert im: 

Zubereitung: Erst unmittelbar vor dem Servieren mit dem Mixstab aus Buttermilch, Minzsirup und Matcha einen schäumenden Drink mixen.

Info: Matcha ist ein fein gemahlener japanischer Grüntee, der eigentlich für die klassische japanische Teezeremonie verwendet wird. Heute wird mit Matcha auch gebacken und es werden damit Getränke gemixt.


MELLOW YELLOW SMOOTHIE

MIT ANANAS, DATTELN
UND APFELTEE

Zutaten für ca. 1 Liter:
8 gehäufte TL Apfeltee
500 g kochendes Wasser
350 g Ananas (Fruchtfleisch)
50 g getrocknete Datteln, entsteint
100 g Bananen (Fruchtfleisch)
1 TL Bio-Zitronenschale, gerieben
Samen aus 3–4 Kardamomkapseln, zerstoßen

Zubereitung: Apfeltee mit dem kochenden Wasser übergießen, 20 Minuten ziehen lassen, durch ein Sieb gießen und abkühlen lassen. Ananas, Datteln und Bananen in kleine Stücke schneiden. Aus Apfeltee, Ananas, Datteln, Bananen, Zitronenschale und Kardamom im Standmixer einen glatten Smoothie mixen.

Tipp: Besonders cremig wird der Smoothie, wenn Sie die Bananenstückchen vorher einfrieren.


Serviert im: 

SPICY YELLOW SMOOTHIE

TROPISCHE FRÜCHTE
UND EIN HAUCH CHILI

Zutaten für ca. 1 Liter:
200 g Bananen (Fruchtfleisch)
320 g Mango (Fruchtfleisch)
480 g Maracujanektar
½ TL Bio-Limettenschale, fein gehackt
1 Prise Chili

Zubereitung: Bananen und Mango in kleine Stücke schneiden. Im Standmixer aus Bananen, Mango, Maracujanektar, Limettenschale und Chili einen cremigen Smoothie mixen.

Serviert im: 


MINUTENDRINK

BIRNEN-SPINAT-MANDEL-SMOOTHIE MIT VANILLE

BIRNE TRIFFT SPINAT

Zutaten für ca. 1 Liter:

- 1 Vanilleschote
- 460 g Birnen (Fruchtfleisch)
- 480 g Mandelmilch, gesüßt
- 60 g Babyspinat

Serviert im: 

Zubereitung: Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark auskratzen. Birnen in Stücke schneiden. Birnen, Mandelmilch und Babyspinat im Standmixer fein pürieren.

MINUTENDRINK

MATCHA-BANANEN- SMOOTHIE

„DER PERFEKTE FRÜHSTÜCKSDRINK

Zutaten für ca. 1 Liter:

- 330 g Bananen (Fruchtfleisch)
- 670 g Sojadrink, ungesüßt
- 2 gestrichene TL Matcha-Tee-Pulver
- ½ TL Vanillepulver (Vanillemark)
- ½ TL Zimt

Serviert im: 

Zubereitung: Bananen in Stücke schneiden. Mit dem Mixstab Bananen, Sojadrink, Matcha-Pulver, Vanillepulver und Zimt zu einem schäumenden Smoothie mixen.

