

ZUTATEN

- 1 Mango, reif
- 1 Banane
- 250ml frisch gepresster Orangensaft (2-3 Orangen)
- 200g Naturjoghurt
- 1 EL Honig
- 10 Eiswürfel



Gelber, geeister Smoothie mit Joghurt



Zubereitung:

1. Die Orangen halbieren und pressen.
2. Die Mango schälen und den Stein entfernen. Die Banane schälen.
3. Das Fleisch der Mango und die Banane mit dem Orangensaft und den Eiswürfeln ca. 1 Minute mixen
4. Joghurt und den Honig hinzugeben und nochmals kurz mixen.