

## Grüne Smoothies – welcher Mixer ist der richtige?



Ob mit Spinat, Grünkohl oder Feldsalat – bei grünen Smoothies rümpft so manch einer die Nase. Ich gebe es zu – auch ich musste mich erst einmal an die „grüne Grassuppe“ gewöhnen, wie meine Kollegin sie liebevoll nennt. Aber die ihm nachgesagte positive Auswirkung auf den Körper hat mich motiviert, das grüne Nährstoffwunder regelmäßig in meinen Speiseplan zu integrieren. Mittlerweile liebe ich grüne Smoothies und bin begeistert von den vielen Zubereitungsmöglichkeiten, die einen schlichtweg vergessen lassen, dass man gerade 2 Handvoll Grünkohlblätter zu sich nimmt.

Damit dein grüner Smoothie auch zum Kraftpaket wird, braucht es einen guten Mixer. Denn wer mag schon faseriges Blattgrün, das beim Trinken zwischen den Zähnen hängen bleibt? Schön sämig und cremig muss er sein der grüne Smoothie! Daher habe ich **Stabmixer**, **Standmixer**, **Hochleistungsmixer** und **Mini-Standmixer** einmal ganz genau unter die Lupe genommen und verrate dir hier, welcher Mixer sich am besten gegen das faserreiche Blattgrün schlägt.

### Grüne Smoothies: Das musst du über die Kraftpakete wissen

Grüne Smoothies sind wahre Nährstoffwunder. Doch was macht sie aus und mit welchen Lebensmitteln mixt du dir den leckersten Power-Smoothie? Vorhang auf für eine geballte Ladung grüner Smoothie-Facts.

#### Was sind grüne Smoothies?

Smoothies gibt es in allen möglichen Variationen. Besonders großer Beliebtheit erfreuen sich bunte Obstsmoothies, die sich jedoch oftmals als wahre Zuckerbomben entpuppen. Anders verhält es sich mit grünen Smoothies, denn das Power-Getränk hat es in sich: **Weniger Kalorien**, **viele Vitamine** und **mehr Ballaststoffe** tummeln sich dank **nährstoffreichem Blattgemüse** im Mixer. Dazu gesellen sich Flüssigkeit und ein wenig Obst - fertig ist dein grünes Kraftwunder. Zudem kannst du deine Smoothies mit weiteren Extras wie Nüssen, Gewürzen oder Süßungsmitteln verfeinern.

#### Volle Kraft voraus! Das kommt in grüne Smoothies rein

- **Gemüse:** Du willst dir einen richtig leckeren grünen Smoothie mixen? Dann brauchst du natürlich vor allem eins: grüne Gemüsesorten. Neben Klassikern wie **Spinat** und **Grünkohl** kannst du auch **Feldsalat**, **Kopfsalat**, **Mangold**, **Rucola**, **Rosenkohl**, **Gurke** oder **Wildkräuter** in deinen Mixer werfen. 1-2 Handvoll sind optimal. Für Anfänger und Skeptiker eignet sich vor allem Spinat, denn er schmeckt mild und fällt geschmacklich nicht auf.
- **Obst:** Um deinen Smoothie geschmacklich abzurunden und ihm die nötige Süße zu verleihen, darf noch etwas Obst dazu. Ich mag besonders gerne **Birne**, **Banane** oder **Apfel** in meinem Smoothie. Du willst lieber **Beeren**? Kein Problem, du kannst ganz nach deinem Geschmack wählen. Teste dich am besten vorsichtig heran und verfeinere deinen Smoothie erstmal mit 1 Apfel oder ½ Banane und gib bei Bedarf noch mehr hinzu.
- **Flüssigkeit:** Gemüse und Obst in den Mixer geworfen? Dann fehlt nur noch Flüssigkeit. Auch hierbei gibt es viele Möglichkeiten. Es eignen sich zum Beispiel etwa 200 ml **Wasser**, **Pflanzenmilch** oder **Kokoswasser**.
- **Süßungsmittel:** Wenn dir die Süße der Früchte nicht

## Grüne Smoothies – welcher Mixer ist der richtige?

ausreicht, kannst du deinen Smoothie mit Honig, Ahornsirup oder Agavendicksaft süßen. Erdnussbutter und Mandelmus sorgen ebenfalls für Süße und verleihen dem Smoothie eine cremige Konsistenz. Ich süße meine Smoothies auch gern mit 1 bis 2 Datteln. Beachte aber: Mit jeglicher Zugabe von Süße steigt der Zuckergehalt deines Smoothies.

Damit dein Smoothie eben nicht nach „grüner Grassuppe“ schmeckt, ist es wichtig, das richtige Verhältnis der Bestandteile einzuhalten. So schmeckt dein grünes Kraftpaket immer lecker:



MIX DIR DEINEN GRÜNEN LIEBLINGS-Smoothie

3 TEILE GEMÜSE	+ 2 TEILE FLÜSSIGKEIT	+ 1 TEIL OBST
SPINAT	MANDELMILCH	BANANE
GRÜNKOHLE	CAJEWÄRMILCH	BEEBEN
MANGOLD	KOKOSNÜSSMILCH	MANGO
BLATTKOHLE	KOKOSNÜSSWASSER	ANANAS
ROMANESKOSALAT	FRISCHE SÄFTE	TRAUBEN
ROTE BETE	GRÜNER TEE	KIWI
(LÄWEL)KOHLEBLÄTTER	KEFIR	PAPAYA
BRUNNENKRESSE	WASSER	ZITRONE
BRUKKOLI		PFIRSICH
SELEBRIS		BIRNE
GURKE		APFEL
KRÄUTER MTL		ACAI-BEEREN
RASBERRIE, MIRRE		FERDEN
KORIANDER UND PETERSILIE		

*Nach Bedarf*

<p><b>Süßstoffe</b></p> <p>MEDITERRANE DATTELN HONIG AHORN SIRUP BANANE STEVIA KORNGUTENZUCKER</p>	<p><b>Eiweiße</b></p> <p>NÜSSE NÜSSBUTTER MANDELMUS ERWEISSPULVER WOLKE</p>
<p><b>Gesunde Öle</b></p> <p>KORNFLEISSEL, FLACHS OBERE HANFÖL KOKOSNÜSSBUTTER AVOCADO CHIA-SAMEN NÜSSE UND SAMEN DUNKLE NÜSS- UND SAMENBUTTER</p>	<p><b>Extras</b></p> <p>CHIA-SAMEN PUDER GLUTENFREIES HAFER ACAI-PULVER KAKAO LEINSAMEN ZIMT VANILLE</p>

*Jetzt losmixen!*

springlane.de

# Grüne Smoothies – welcher Mixer ist der richtige?

3-2-1 – so mixt du dir deinen Smoothie ohne Rezept.

## Nährstoffe von grünen Smoothies

Grüne Smoothies sind wahre Kraftpakete, denn sie sind dank Pflanzengrün reich an **Vitaminen, Mineralien, Spurenelementen und Ballaststoffen**. Im Gegensatz zum Kochen verliert das Pflanzengrün seine Nährstoffe beim Mixen nicht.

Anders sieht es mit Obstsmoothies aus, denn diese können sich je nach Wahl und Menge des Obstes als echte Zuckerbomben entpuppen. Wenn du deinen Smoothie noch zusätzlich süßt, steigt der Zuckergehalt noch weiter an. Viele Obstsorten wie Birne, Nektarine und Pfirsich verlieren beim Pürieren zudem wichtige Vitamine, Ballast- und Mineralstoffe, da diese unter der Schale sitzen. Achte also darauf, deinem grünen Smoothie nicht zu viel Obst zuzusetzen, um ihn möglichst gesund und zuckerarm zu belassen.

## Wie lange sind grüne Smoothies haltbar?

Du willst gleich an mehreren Tagen für Smoothieglück sorgen, hast aber keine Lust jeden Tag erneut den Mixer anzuwerfen? Klar, am besten schmeckt dein Smoothie natürlich frisch, vor allem wenn Obst mit drin ist. Wenn es aber nicht anders geht, hält er sich **luftdicht verschlossen bis zu 3 Tage** im Kühlschrank.

Besser noch: Friere die Zutaten für deinen Smoothie ganz entspannt am Wochenende ein. So sparst du dir lästige Schnippelarbeit unter Zeitdruck und hast dein Smoothie-Päckchen immer sofort parat. Jetzt musst du nur noch den Mixer anwerfen und kannst deinen Smoothie entspannt genießen. Wie du Smoothies für die ganze Woche vorbereitest und welche Sorten am besten schmecken, erfährst du hier.



Obst und Gemüse einfrieren und Smoothie-Power für die ganze Woche parat haben.

## Kann man mit grünen Smoothies abnehmen?

Ja, es stimmt: Grüne Smoothies können tatsächlich beim Abnehmen helfen. Vorausgesetzt natürlich, du nimmst sie nicht zusätzlich zu deinen Mahlzeiten ein, sondern ersetzt im Idealfall eine Hauptmahlzeit dadurch. So sparst du viele Kalorien und unterstützt deinen Körper beim Abnehmen. Der Stoffwechsel wird angeregt, der Blutzuckerspiegel bleibt konstant und du beugst Heißhungerattacken vor.

Anders verhält es sich mit Obstsmoothies. Sie enthalten meist viele Kalorien und können den Abnehmprozess sogar erschweren. Vor allem, wenn du sie als zusätzlichen Snack einnimmst. Achte also darauf, deinen grünen Smoothie nicht mit zu viel Obst und Süßungsmitteln zu versetzen, um ihn möglichst kalorienarm zu belassen. Auch wenn dir grüne Smoothies beim Abnehmen helfen können, solltest du trotzdem nicht auf eine ausgewogene Ernährung mit ausreichend Bewegung verzichten, um fit und gesund zu bleiben.

## Mixer im Smoothie-Test

Nach so viel Smoothiewissen bist du bereit für eine geballte Ladung grüne Smoothie-Power? Dann fehlt nur noch der richtige Mixer! Stabmixer, Standmixer, Mini-Standmixer oder doch gleich einen Hochleistungsmixer?

# Grüne Smoothies – welcher Mixer ist der richtige?

Welchen Mixer brauchst du wirklich? Ich habe 4 leistungsstarke Testkandidaten jeder Mixer-Kategorie einmal ganz genau unter die Lupe genommen.

## Die Testkriterien

Für einen umfassenden Vergleich aller Geräte liegt der Schwerpunkt auf 6 Kriterien, die bei jedem Mixer eingehend untersucht werden.

## Optik, Verarbeitung, Ausstattung

Mixer gibt es in verschiedenen Ausführungen. Die 4 Testkandidaten unterscheiden sich nicht nur in ihrer Optik, sondern auch in Verarbeitung und Ausstattung.

## Messer

Ein wichtiges Merkmal jedes Mixers: die Messer. Sie sollten besonders scharf und robust sein, um grüne Pflanzenteile zuverlässig zu zerkleinern.

## Handhabung, Steuerung, Bedienung

Wie benutzerfreundlich ist der Mixer? Lässt er sich intuitiv bedienen? Diese Fragen werden in dieser Kategorie beantwortet.

## Leistung

Damit du nicht auf grünen Pflanzenteilen herumkaust, benötigt ein guter Mixer ordentlich Power. Hier wird also die Leistungsfähigkeit der Mixer eingehend unter die Lupe genommen.

## Ergebnis

Sämig, cremig und weich auf der Zunge – so sollte der perfekte grüne Smoothie sein! Nach dem Mixen heißt es also „Smoothie schlürfen, was das Zeug hält“, um den Smoothie auf seine Konsistenz zu prüfen.

## Reinigung

Wenn du nach der Zubereitung erst einmal lästige Pflanzenreste aus dem Mixbehälter kratzen musst, ist die Lust auf tägliche Smoothies schnell verflogen. Daher kommt es vor allem auf eine einfache, unkomplizierte und schnelle Reinigung an.

**Wer macht die besten grünen Smoothies? Der Praxistest**  
Welcher Mixer ist nun der richtige für dich? Bei der Auswahl des passenden Mixers kommt es neben der Leistung des Geräts immer auch auf deine persönlichen Nutzungsgewohnheiten an. Im Praxistest stellen sich die 4 Testkandidaten einem grünen Smoothie mit Grünkohl, Spinat, Chia-Samen und Apfel.

## Hochleistungsmixer

### Optik, Verarbeitung, Ausstattung

Hochleistungsmixer sind zwar teurer als handelsübliche Standmixer, haben aber weitaus mehr Power und können es neben grünen Smoothies auch mit Mandeln und Eiswürfeln locker aufnehmen. Der abnehmbare Mixbehälter aus Tritan oder Glas wird auf den standfesten Motorblock gesetzt. Die Mixer sind außerdem größer als handelsübliche Standmixer und benötigen dadurch Platz in der Küche. Dank ihrer Multifunktionalität können sie täglich genutzt werden und sind für den regelmäßigen Gebrauch ideal.



Hochleistungsmixer nehmen viel Platz ein, sind aber für den täglichen Gebrauch ideal.

### Handhabung, Steuerung, Bedienung

Hochleistungsmixer sind intuitiv bedienbar und verfügen neben einer stufenlosen Geschwindigkeitsregelung meist über eine Pulse-Funktion sowie Automatikprogramme für Smoothies, Crushed Ice oder das Mahlen von Mandeln. Dank ihrer hohen Füllmenge bis zu 2,5 Litern kannst du eine ganze Familie mit frischen Smoothies versorgen. Für die tägliche Verwendung oder für das Vorbereiten von

# Grüne Smoothies – welcher Mixer ist der richtige?

Smoothies für mehrere Tage ist so ein Mixer also optimal.

## Leistung

Ein Hochleistungsmixer hat viel Power, die allerdings mit einer hohen Lautstärke verbunden ist. Mit **1000 bis 2000 Watt** und **28.000 bis 40.000 Umdrehungen** spaltet er eine große Menge faserhaltiges Blattgemüse in Sekundenschnelle in kleinste Bestandteile auf, sodass du immer gleichmäßige Mixerergebnisse hast.

Der wesentliche Vorteil eines Hochleistungsmixers besteht darin, dass er die Zellulose, die eine Vielzahl an Vitalstoffen umschließt, in Sekundenschnelle aufbricht. Ohne die Aufspaltung können diese nicht vom Körper aufgenommen werden, wodurch der gesundheitliche Effekt nicht vollends ausgeschöpft werden kann.

## Ergebnis

Der Smoothie aus dem Hochleistungsmixer wird besonders cremig, sämig und weich – so wie ein grüner Smoothie eben schmecken soll. Beim Trinken fällt dir dank gleichmäßiger Mixerergebnisse kaum auf, dass du gerade Grünkohl und Spinat schlürfst. Ein Hochleistungsmixer ist vor allem dann eine Bereicherung, wenn du täglich mixt, was das Zeug hält. Du bist ein echter Fan von grünen Smoothies oder willst zugleich von weiteren Funktionen profitieren? Dann lohnt sich die Anschaffung eines Hochleistungsmixers definitiv für dich.



Der Smoothie aus dem Hochleistungsmixer ist cremig, sämig und weich.

## Reinigung

Noch mehr leckere Rezepte gibt's auf [www.springlane.de/magazin](http://www.springlane.de/magazin)

Hochleistungsmixer verfügen oftmals über eine automatische Reinigungsfunktion, sodass du das Gefäß nur mit Wasser befüllen, den Deckel verschließen und das Programm starten musst. Den Rest erledigt der Mixer. Je nach Gerät kannst du abnehmbare Einzelteile auch in der Spülmaschine reinigen.

## Standmixer

### Optik, Verarbeitung, Ausstattung

Ein Standmixer ist deutlich preisgünstiger als ein Hochleistungsmixer, aber dafür weniger leistungsstark. Ebenso wie beim Hochleistungsmixer sitzt der Glas- bzw. Tritanbehälter auf dem standfesten Motorblock. Er ist etwas zierlicher als ein Hochleistungsmixer und fügt sich somit gut in das Küchenbild ein.



Der Standmixer ist preisgünstiger als ein Hochleistungsmixer, dafür aber weniger leistungsstark.

### Handhabung, Steuerung, Bedienung

Der Standmixer ist ebenso intuitiv bedienbar wie der Hochleistungsmixer. Neben mehreren Geschwindigkeitsstufen verfügt ein Standmixer je nach Gerät oftmals über eine Crushed Ice-Funktion sowie eine Smoothie-Funktion.

## Leistung

Ein handelsüblicher Standmixer hat eine Leistung **bis 1000 Watt** mit **bis 20.000 Umdrehungen** pro Minute. Wenn du grüne Smoothies damit zubereiten möchtest, solltest du darauf achten, eines der leistungsstärkeren Modelle zu wählen, damit es das faserreiche Gemüse gut

# Grüne Smoothies – welcher Mixer ist der richtige?

zerkleinern kann. Wenn du dich gerade erst an grüne Smoothies herantastet und andere Funktionen wie Mandelmahlen kein Thema für dich sind, reicht ein Standmixer völlig aus.

## Ergebnis

Auch der in diesem Test verwendete leistungsstarke Standmixer schafft es, die Zellulose des Grünkohls aufzuspalten und für ein faserfreies Trinkerlebnis zu sorgen. Der Smoothie ist sämig, jedoch nicht ganz so cremig wie das Ergebnis aus dem Hochleistungsmixer.

Wenn du dich gerade erst an grüne Smoothies herantastet oder nur gelegentlich zubereitest sowie auf weitere Zubereitungsmöglichkeiten wie die Herstellung von gemahlene Mandeln verzichten kannst, bist du auch mit einem Standmixer gut bedient. Achte jedoch darauf, möglichst faserarmes Grün zu verwenden, wie Spinat oder Sommersalate. Mit Kohl, Wildkräutern, den Blättern von Kohlrabi oder Karottengrün ist die Konsistenz nicht ganz so cremig wie beim Hochleistungsmixer.



Der Smoothie aus dem Standmixer ist zwar cremig, aber nicht komplett faserfrei.

## Reinigung

Standmixer lassen sich einfach mit warmem Wasser und mildem Spülmittel reinigen. Am besten funktioniert das, indem du den Behälter zu 1/3 mit Wasser befüllst und anschließend die Pulse-Funktion betätigst. Je nach Modell kannst du den Behälter auch in der Spülmaschine reinigen.

## Mini-Standmixer

### Optik, Verarbeitung, Ausstattung

Der Mini-Standmixer hat vor allem einen Vorteil: Er ist zierlich und findet ganz bestimmt auch in der kleinsten Küche ein Plätzchen. Zudem ist er im Vergleich zum Hochleistungs- und Standmixer sehr preisgünstig. Du kannst deinen Smoothie ganz entspannt direkt im Trinkbehälter mixen und hast so auch unterwegs auch immer volle Smoothie-Power parat.



Der Mini-Standmixer passt in jede Küche und mixt dir Smoothie-Power to go.

### Handhabung, Steuerung, Bedienung

Anders als beispielsweise beim Hochleistungsmixer beschränkt sich der Mini-Standmixer in der Regel nur auf das Mixen von Smoothies. Er ist leicht zu bedienen, benötigt aber in der Regel mehr Flüssigkeit als ein normaler Standmixer oder Hochleistungsmixer, um alle Zutaten zu zerkleinern. Er eignet sich in erster Linie für das gelegentliche Mixen von Smoothies in kleineren Mengen und ist ideal für 1-2 Personen. Wenn du allerdings eine ganze Familie regelmäßig mit einer Ladung Smoothies versorgen möchtest, solltest du dich nach einem Gerät mit einer höheren Füllmenge umschauen.

### Leistung

Mit durchschnittlich rund **350 Watt** und **20.000 Umdrehungen** pro Minute kann es ein Mini-Standmixer kaum mit seinen leistungsstärkeren Verwandten aufnehmen. Wenn du regelmäßig grüne Smoothies

# Grüne Smoothies – welcher Mixer ist der richtige?

machen möchtest, wird dich der Mini-Standmixer auf Dauer nicht zufrieden stellen können, da er mehr Leistung braucht, um grüne Pflanzenteile zuverlässig zu zerkleinern. Wenn du aber nur gelegentlich Obstsmoothies trinkst und nur selten mal einen grünen Smoothie mixen möchtest, reicht ein Mini-Standmixer völlig aus.

## Ergebnis

Der Mini-Standmixer zerkleinert zwar alle Zutaten mit genügend Flüssigkeit, allerdings bekommt er aufgrund der geringen Leistungsfähigkeit nicht alle Pflanzenteile aufgespalten, wodurch noch einige Pflanzenfasern im Smoothie enthalten sind. Wenn du aber nur selten einen grünen Smoothie machst, ist der Mini-Standmixer ausreichend für dich. Wichtig ist dabei, dass du genügend Flüssigkeit hinzugibst und lange mixt – dann kannst du auch diesen Smoothie ohne Bedenken trinken. Einen komplett faserfreien Smoothie solltest du allerdings nicht erwarten.



Nach langem Mixen sind zwar alle Zutaten zerkleinert, aber nicht faserfrei.

## Reinigung

Die Reinigung des Mini-Standmixers ist äußerst praktisch. Nachdem du deinen Smoothie to go getrunken hast, kannst du die Behälter in der Regel in der Spülmaschine reinigen. Die Klingebasis reinigst du am besten unmittelbar nach Gebrauch mit warmem Wasser und mildem Spülmittel - so verhinderst du lästiges Antrocknen von Obst- und Gemüseresten. Wenn du keine

Spülmaschine hast, kannst du das Glas auch einfach zu 1/3 mit Wasser befüllen und ca. 15 Sekunden mixen.

## Stabmixer

### Optik, Verarbeitung, Ausstattung

Stabmixer gibt es in verschiedenen Preisklassen. Für den Test wurde ein hochwertiges Modell verwendet, um eine maximale Leistungsfähigkeit sicherzustellen. Seine Bestandteile beschränken sich auf einen Korpus und einen abnehmbaren Mixstab. Im Griff des Stabmixers befindet sich ein Elektromotor, der das rotierende Messer antreibt. Oftmals kommt er zudem mit einer erweiterten Ausstattung wie Zerhacker, Schneebesen und Messeraufsätze.



Gegen faserreiches Blattgrün hat ein Stabmixer kaum eine Chance.

### Handhabung, Steuerung, Bedienung

Ein Stabmixer ist einhändig und leicht zu bedienen. Er benötigt nicht viel Platz und kann bei Bedarf aus dem Schrank geholt werden. Allerdings ist die Zubereitung von Smoothies deutlich mühseliger als mit einem Stand- oder Hochleistungsmixer. Du benötigst einen hohen und schmalen Extra-Behälter, mehr Flüssigkeit sowie Zeit und Kraft, um es mit dem faserreichen Blattgrün aufzunehmen.

### Leistung

Stabmixer haben in der Regel eine Leistung zwischen **200 und 800 Watt** und **10.000 bis 20.000 Umdrehungen pro Minute**. Mit Suppen, Marmelade, Hummus oder

# Grüne Smoothies – welcher Mixer ist der richtige?

Babynahrung kann es ein Standmixer ganz klar aufnehmen. Auch Saucen, Pestos und Desserts sind kein Problem. Gegen faserreiches Blattgrün hat ein Stabmixer allerdings kaum eine Chance, da es viel Power benötigt, um die Pflanzenteile aufzuspalten. Auch nach langem Mixen ist die Konsistenz nicht zufriedenstellend.

## Ergebnis

Im direkten Vergleich schneidet der mit dem Stabmixer zubereitete Smoothie ganz klar am schlechtesten ab. Die Pflanzenteile wurden nicht richtig aufgespalten, was zu einem sehr faserreichen und ungleichmäßigen Mixerergebnis führt. Er bekommt das Gemüse zwar überwiegend klein, allerdings wird die Konsistenz eines sämigen und faserfreien grünen Smoothies – so wie er sein soll – nicht gerecht. Wenn du aber nur sehr selten auf den Geschmack eines grünen Smoothies kommst, lässt sich ein wenig Grünzeug zwischen den Zähnen vielleicht verkraften.



Das Mixerergebnis ist sehr faserreich und ungleichmäßig.

## Reinigung

Die Reinigung eines Stabmixers ist leicht zu handhaben. Dank abnehmbarem Mixstab lassen sich Gemüsereste problemlos entfernen. Aber hier gilt: Schnell reagieren, damit Pflanzenreste nicht antrocknen.

## Das Fazit

Alle Testgeräte haben es geschafft, das Pflanzengrün zu zerkleinern, jedoch ist es nicht allen gelungen, die

nährstoffreiche Zellulose vollends aufzuspalten. Dadurch ist die Konsistenz der Smoothies ganz klar unterschiedlich ausgefallen.

Bevor du dich für ein Gerät entscheidest, solltest du dir genau überlegen, wie oft es in Gebrauch sein wird. Bist du wie ich ein echter Fan von grünen Smoothies, Mandelmus & Co.? Dann lohnt sich für dich die Anschaffung eines Hochleistungsmixers. Er beschert dir faserfreien und cremigen Smoothie-Genuss.

Machst du nur gelegentlich grüne Smoothies und beschränkt sich deine Vorliebe überwiegend auf die Zubereitung von Smoothies mit Obst? Dann bist du mit einem Standmixer gut bedient. Du machst eher selten grüne Smoothies, aber mixt dir gerne mal einen Obstsmoothie to go? Dann ist der Mini-Standmixer die richtige Wahl.

Mit einem Stabmixer wirst du trotz Muskelkraft und Ausdauer niemals die gleichen Ergebnisse erzielen wie mit einem Stand- oder Hochleistungsmixer. Er kann deine Küchenausstattung zwar praktisch ergänzen, jedoch keinen guten Standmixer ersetzen. Denn nur die leistungsstärkeren Geräte garantieren dir mit Leichtigkeit eine feine und „smoothe“ Ladung grüne Smoothie-Power.



Die Ergebnisse aller Mixer im Vergleich.