

Gelber Smoothie mit Ingwer-Limetten-Tee

VORBEREITEN

5
Min.

ZUBEREITEN

5
Min.

NIVEAU



sonnig-leuchtenden Gelb, ein morgendliches Lächeln ins Gesicht. Da wird dir Schluck für Schluck mehr bewusst, was deinem Smoothie bisher gefehlt hat: ein großer Schluck von deinem Lieblingstee!

- 1 -

Für den Smoothie Tee mit heißem Wasser aufgießen, ziehen lassen, Beutel entfernen und auskühlen lassen. Orange und Banane schälen und klein schneiden. Ananas schälen, Strunk herausschneiden und Fruchtfleisch würfeln. Ingwer schälen und grob hacken. Saft der Limette auspressen.

- 2 -

Alle Zutaten mit Kurkuma in einen Hochleistungsmixer geben und cremig pürieren. Minze waschen und Blätter von den Stielen zupfen.

- 3 -

Smoothie in Gläser füllen, mit Kokosflocken und Minze garnieren und gekühlt servieren.

Zutaten für 2 Portionen

Für den Smoothie

300 ml kochendes Wasser
2 Pyramiden Teebeutel Yasashi Bio Tee Ingwer & Limette
1 Orange
1/2 kleine Ananas
1 reife Banane
1 kleines Stück Ingwer (ca. 2 cm)
1 Limette
1/2 Teelöffel Kurkuma

Zum Garnieren

2 Teelöffel Kokosflocken
etwas Minze

Besonderes Zubehör

Hochleistungsmixer

Keine Zeit für ein ausgiebiges Frühstück? Dann mach dir den Start in den Tag extra entspannt und fruchtig! Ein frisch gemixter **gelber Smoothie mit Tee** versüßt dir deinen Morgen gleich auf zweifache Weise. Erst vereint er aromatischen Yasashi Bio Tee Ingwer & Limette mit der **Extraportion Frucht** und zaubert dir dann mit seinem