

## Grüner Smoothie mit Gurke und Minze

VORBEREITEN

5  
Min.

ZUBEREITEN

1  
Min.

NIVEAU



Alle Zutaten in einen Stanmixer geben und ca. 1 Minute pürieren. Auf niedriger Stufe beginnen und nach und nach die Geschwindigkeit erhöhen.

### Zutaten für 2 Gläser

250 ml Kokosmilch  
100 ml frisch gepresster Zitronensaft  
1/2 Avocado  
7 große Minzblätter  
1/2 Gurke  
1 Esslöffel Honig  
4 große Elswürfel

**Besonderes Zubehör**  
Standmixer

Mit Minze, Gurke und Kokosmilch kreierst du einen erfrischenden, leichten Smoothie für Abkühlung an heißen Sommertagen. Und wenn du noch mehr Durst auf grüne Smoothies hast, [guck dir unbedingt unsere Rezeptsammlung an.](#)

- 1 -

Die Avocado aushöhlen und in Stücke schneiden. Die Gurke grob schneiden.

- 2 -