

## Smoothie mit Spinat und Mango

VORBEREITEN

5  
Min.

ZUBEREITEN

5  
Min.

NIVEAU



Alle Zutaten in einen Standmixer geben und zu einem Smoothie mixen.

### Zutaten für 1 Portion

45 g Mandeln  
1 Handvoll Babyspinat  
1 Mango  
180 ml Kokosmilch  
Crushed Ice

### Besonderes Zubehör

Standmixer oder Smoothie Maker

Comicheld Popeye hin oder her - ob Spinat wirklich stark macht, ist nicht eindeutig bewiesen. Was aber stimmt, ist, dass er hervorragend schmeckt. Und zwar als unwiderstehlich leckerer Smoothie - mit Mango und Kokosmilch. Was Spinat in deinem Smoothie sonst noch alles kann? [Unser großer Smoothie-Guide beantwortet dir all deine Fragen.](#)

- 1 -

Mango schälen und würfeln.

- 2 -