

Zutaten: 1 reife Mango – 1 süßer Banane – 10cm Aloe Vera-Blatt
Saft von 1/2 Zitrone – 3 EL Kokosmus – 2 TL Birkensüß
1 Stück Ingwer – 1 TL Kokosöl – 2 TL Superfood Mix
200 ml Kokoswasser

Zubereitung:

Die Mango und den Apfel waschen und vierteln. Von der Aloe Vera-Pflanze ein Stück Blatt abschneiden, der Länge nach aufschneiden und das Gel mit einem Messer von der Schale abkratzen. Alles zusammen in den Mixer geben. Einen Zentimeter von einer Ingwerknolle abschneiden und mit den restlichen Zutaten hinzufügen. Starte Deinen Mixer zuerst auf kleinster Stufe und püriere das Ganze dann auf höchster Stufe so lange, bis der Smoothie eine cremige Konsistenz hat.

⋮ Mixer benötigt! ⋮