



BEEREN-SMOOTHIE MIT JOGHURT

!Stockphoto

Zutaten

- 100g fettarmer Vanillejoghurt
 - 2 EL Birnendicksaft
 - 1 EL Haferflocken (Schmelzflocken)
 - 200g Brombeeren
 - 400ml fettarme Milch
1. Brombeeren gründlich waschen. Sechs Beeren zum Garnieren beiseitestellen, den Rest zusammen mit Birnendicksaft, Haferflocken und eiskalter Milch in einen Mixer geben oder mit dem Schneidestab des Handrührgeräts fein pürieren.
 2. Gut gekühlten Vanillejoghurt mit einem Schneebesen unter den Drink mixen. Eventuell nochmals mit Birnendicksaft abschmecken. Smoothie in zwei hohe Gläser füllen, mit je drei Brombeeren garnieren und sofort genießen.