

# Apfel-Sanddorn-Smoothie

Rezept für 4 Personen



Vegan, Laktosefrei

## Zubereitung

### Zutaten Apfel-Sanddorn-Smoothie

- 2 Äpfel (Gala)
- 1 Banane
- 2 Birnen
- 120 g Sanddornmark
- 1 dl Apfelsaft
- 2,5 dl Haferdrink
- 3 EL Ahornsirup
- 2 TL Bio-Leinsamen

### Zubereitung Apfel-Sanddorn-Smoothie

Alle Zutaten in den Mixer geben und glatt-pürieren. In Gläser abfüllen und servieren.