

Squiz für die ganze Familie



Ein einfaches, leckeres und schnelles Smoothie Rezept für die ganze Familie

Zutaten:

- 1 Apfel
- 1 Banane
- ½ Ananas
- 1 Pfirsich
- 1 Orange
- ein paar Tropfen Vanilleextrakt

Exotischer Smoothie

Zubereitung:

Alle Zutaten bis auf die Orange schälen, gegebenenfalls entkernen und klein schneiden. Die Orange auspressen und den Saft der Orange zusammen mit den Früchten und dem Vanilleextrakt in einen Kochtopf geben und bei geschlossenen Deckel ca. 15 Minuten köcheln lassen. Abkühlen lassen, pürieren und ab damit in den Quetschbeutel.

Guten Appetit!

TIPP: Squiz kann man auch einfrieren! Die Haltbarkeit hängt von den verwendeten Zutaten ab. Mehr Rezepte unter: www.squiz.co



Öffnen



Auffüllen



Schließen



Genießen



Reinigen



Circa
50
Mal

Verwenden