

Sommer- Drinks



Aprikosen-Himbeer-Drink

2 Aprikosen, in Stücken
100 g Himbeeren
½ TL Peperoncino, entkernt,
gehackt
½ EL Akazienhonig
1 dl Wasser
30–40 Sek. mixen

Pfirsich-Vanille-Drink

150 g Pfirsich, in Stücken
1 Vanillestängel, längs
aufgeschnitten, nur
ausgekratzte Samen
½ EL flüssiger Honig
1½ dl Magermilch
30–40 Sek. mixen

Tomaten-Basilikum-Drink

200 g Tomaten, in Stücken
7 Basilikumblätter
¼ TL Salz
wenig Pfeffer
1 dl Wasser
30–40 Sek. mixen

Honigmelonen-Drink

200 g Honigmelone,
in Stücken
1 Msp. Cayennepfeffer
1 EL Zitronensaft
1 dl Wasser
30–40 Sek. mixen

Aprikosen-Tomaten-Drink

2 Aprikosen, in Stücken
4 Cherry-Tomaten,
halbiert
1 EL flüssiger Honig
1 dl Wasser
30–40 Sek. mixen

Bananen-Honig-Drink

1 Banane, in Stücken
1 EL Akazienhonig
2 dl Buttermilch nature
30–40 Sek. mixen

Aprikosen-Joghurt-Drink

2 Aprikosen, in Stücken
½ EL Waldhonig
180 g Joghurt nature
30–40 Sek. mixen

Gurken-Apfel-Drink

100 g Gurke, in Stücken
100 g süßlicher Apfel,
in Stücken
1 dl Wasser
30–40 Sek. mixen

Papaya-Limetten-Drink

150 g Papaya, in Stücken
1 EL Limettensaft
1 EL Ahornsirup
1 dl Wasser
30–40 Sek. mixen

Ananas-Pfefferminz-Drink

200 g Ananas, in Stücken
1 EL Limettensaft
5 Pfefferminzblätter
1 dl Wasser
30–40 Sek. mixen

Mango-Erdbeer-Drink

150 g Mango, in Stücken
50 g Erdbeeren
2 dl Milch
30–40 Sek. mixen

Mango-Limetten-Drink

200 g Mango, in Stücken
1 EL Limettensaft
2 dl Milch
30–40 Sek. mixen

Kokosnuss-Lassi mit Ingwer

2½ dl Milch
150 g Kokosjoghurt
3 cm Ingwer
1 EL Rohrzucker
30–40 Sek. mixen

Anti-Oxi-Drink

½ Ananas, geschält,
Strunk entfernt, in
Stücken
1 Avocado, in Stücken,
Stein nach Belieben
20 g Jungspinat
2½ dl Ananassaft
30–40 Sek. mixen

Aprikosen-Rahmglace

300 g tiefgekühlte Aprikosen
2½ dl Vollrahm
2 EL flüssiger Honig
einige Pfefferminzblätter
30–40 Sek. mixen

Grapefruit-Pfefferminz-Drink

150 g Grapefruit, in Stücken
½ EL flüssiger Honig
7 Pfefferminzblätter
1 dl Wasser
30–40 Sek. mixen

Melonen-Basilikum-Drink

200 g Melone, (z. B. Cavaillon)
in Stücken
3 Basilikumblätter
1 dl Wasser
30–40 Sek. mixen

Bananen-Himbeer-Drink

½ Banane, in Stücken
50 g Himbeeren
100 g Joghurt nature
1 dl Milch
30–40 Sek. mixen

Kirschen-Verveine-Drink

180 g Kirschen, entsteint
4 Verveine-Blätter
(Eisenkraut)
1 dl Wasser
30–40 Sek. mixen

Granité-Drink

250 g Erdbeeren
8 Eiswürfel
30–40 Sek. mixen