Grüner Smoothie.

10 Min. Vorbereitung | **10 Min.** Gesamtzeit | **einfach** Aufwand

Zutaten für: 2

- 120 g **Blattspinat TK**
- 2 Stk. **Ingwerknolle (ca. 5 cm)**
- 2 **Orange(n)**
- 2 **Kiwi(s)**
- 200 ml **Zitronensaft (z.B. Naturgut)**
- 240 ml **kalter Apfelsaft naturtrüb (z.B. Naturgut)**

Zubereitung:

1. TK-Blattspinat antauen lassen.
2. Ingwer, Orangen und Kiwis schälen und in grobe Stücke schneiden.

   Tipp: Bei der Orange auch die weiße Haut gut entfernen!
3. Spinat, Ingwer und Obst in einen Standmixer geben, Zitronensaft und Apfelsaft hinzufügen. Alles fein pürieren.

   Tipp: Nach Belieben mit Agavendicksaft abschmecken.
4. Smoothie auf Gläser verteilen und sofort genießen.

PENNY.