



Süß-saurer Blutampfer-Sellerie-Smoothie



(c) Margit Gieller/mmgdesign

ZUTATEN

250 g Stangensellerie
6 - 8 mittelgroße Äpfel
1 Bund Blutampfer
Wasser nach Belieben

ZUBEREITUNG

Alle Zutaten in den Smoothie-Mixer geben und gut mixen.
Falls der Smoothie zu dick wird, einfach etwas Wasser zugeben bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist!

Wir wünschen
guten Appetit!

