



TROPICAL BREAKFAST BOWL

Zutaten:

- 1 Banane
- 150g gefrorene Mango
- 100g gefrorene oder frische Ananas
- 1 EL Honig
- 1-2 EL Mandelmilch oder normale Milch

So geht's:

- 1** Alle Früchte in einen Mixer oder Smoothie-Maker geben, den Honig und die Milch dazu geben. Wenn gefrorene Ananas verwendet wird, lieber 1-2 EL Milch mehr dazu geben. Alles fein pürieren.
- 2** Den Smoothie in eine Schüssel geben und dekorieren. Dazu passen Granola, Haferflocken, Nüsse und jede Art von Früchten. Viel Spaß dabei!

