

Avocado-Gurken-Smoothie

Zutaten für 2 Gläser:

1/2 Gurke
1/2 Apfel
1 Avocado
2 EL Zitronensaft
200 ml Birnensaft
1 Prise Salz
Mineralwasser nach Bedarf

Zubereitung:

- Gurke schälen und zerkleinern
- Apfel schälen, entkernen und zerkleinern
- Avocado halbieren, Fruchtfleisch mit Gurke, Apfel, Zitronensaft, Birnensaft und Salz pürieren
- Nach Bedarf mit Mineralwasser auffüllen

