

Pflaumen Smoothie

Zutaten

- 4 Pflaumen (halbiert und entkernt)
- 1 Birne (geschält, entkernt und gewürfelt)
- 1 Granatapfel
- 300 ml Apfelsaft

Zubereitung

1. Geben Sie die Pflaumen und Birnen in einen Mixer und geben Sie dann den Apfelsaft zu.
2. Schneiden Sie danach den Granatapfel auf um die Kerne freizulegen. Entnehmen Sie die Kerne und geben Sie sie ebenfalls in den Mixer.
3. Mixen Sie alles bis die gewünschte Textur erreicht ist.

