

Fruchtcocktail

Getränke » Vitamin-Drinks

Zutaten (4 Personen)

- » 4 Aprikose(n)
- » 2 Banane(n)
- » 100g Himbeeren
- » 40g Weizenkeime
- » 400ml Milch
- » 2 TL Vanillinzucker

Bewertung



Beschaffung
Spezial-Laden



Kosten
bis 5€



Zubereitungszeit
bis 30min

Zubereitung

1. Aprikosen waschen, halbieren und vom Stein befreien. Bananen schälen und wie die Aprikosen in Stücke schneiden.
2. Himbeeren auftauen lassen, einige zum Garnieren beiseite legen, den Rest mit Aprikosen, Bananen, Weizenkeimen, Milch und Vanillinzucker im Mixer pürieren.
3. Den Drink in vier Cocktailgläser füllen und mit den übrigen Himbeeren garniert gut gekühlt servieren.

Nährwerte: 170kcal/E8g/F3g/KH27g pro Portion

angelegt am: 16.11.2003

Rezept-Nr: 697

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke