

Mineralwasser-Smoothies: Vitaminbomben mit natürlichem Frische-Kick



Apfel-Wacholder-Boost

Zutaten für 2 Portionen

- 2 Äpfel
- 6 getrocknete Wacholderbeeren
- 3 cm Ingwer
- 250 ml Mineralwasser mit Kohlensäure



Zubereitung: Den Ingwer schalen mit allen Zutaten, außer dem Mineralwasser, im Standmixer glatt pürieren. Den Smoothie in Gläser geben, mit Mineralwasser auffüllen und kurz umrühren.