

VITALDRINK:

Rezept aus dem „gesundem Boot“

Bei dem sonnigen Wetter ist es wichtig genügend zu trinken. Probieren Sie doch mal den gesunden Vitaldrink mit Ihren Kindern aus.

ZUTATEN:

- 1l Orangensaft
- 2 Pfirsiche oder anderes Obst
- 2 Äpfel (200g)
- 400g Karotten oder- Saft
- 3 EL zarte Haferflocken

ZUBEREITUNG:

Alles in einem Mixer miteinander vermengen und fertig ist der leckere Vitaldrink Smoothie 😊

