

# Rezept Grüner Smoothie mit Hanföl

## Produktfotos



## Kurzbeschreibung

- Erfrischend fruchtig
- Lecker & gesund

## Beschreibung

---

Der fruchtig, gesunde Smoothie. Schnell und einfach hergestellt.

# Zutatenliste

## Zutaten

100 g	Babyspinat ( <b>Eigenbeschaffung</b> )
1 Stck.	Apfel, grün ( <b>Eigenbeschaffung</b> )
0,5 Stck.	Bio-Zitrone groß ( <b>Eigenbeschaffung</b> )
400 ml	Mandel Drink ( <b>Eigenbeschaffung</b> )
1 EL	BIO Hanföl , kalt gepresst 100 ml, 2 EL

## Zubereitung

1. Spinat waschen und abtropfen lassen.
2. Apfel grob zerkleinern.
3. Saft einer halben Zitrone auspressen.
4. Spinat, Apfel, Zitronensaft und Mandelmilch pürieren.
5. Hanföl hinzugeben und nochmals kurz pürieren.

## Mehr Informationen

---

Artikelnummer	002100494
Schwierigkeit	Leicht
Dauer	00:15
Variante	500 ml
Portionen	7
Package Amount	0.000000

## Zubehör Set








### **Zubehör-Set, 1 St.**

17,95 €

- Grundausrüstung zur Herstellung von selbst gemachter Kosmetik / Seifen / Kerzen

## Zutaten

	<p><b>BIO Hanföl , kalt gepresst 100 ml, 100 ml</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sehr hoher Anteil an mehrfach ungesättigten Fettsäuren</li><li>• Schmackhaft in Kombination mit kalten Gerichten oder Joghurt</li><li>• 1 EL deckt bereits den Tagesbedarf an Omega 3 Fettsäuren</li><li>• DE-ÖKO-039</li></ul>	6,35 €
	<p><b>Mandel Drink</b></p>	0,00 €
	<p><b>Bio-Zitrone groß</b></p>	0,00 €
	<p><b>Apfel, grün</b></p>	0,00 €
	<p><b>Babyspinat</b></p>	0,00 €

