

Obst-Smoothie

Für 2 Portionen

1 Birne	1 Grapefruit	Weintrauben
1 Chilischote	1 Banane	1 Apfel
40 ml Olivenöl		

Das Obst waschen, schälen und das Fruchtfleisch in grobe Würfel schneiden. Das Ganze mit einer halben Chili und dem Olivenöl in einem Standmixer fein pürieren. Den Saft einer halben Grapefruit auspressen und hinzugeben. In kleine Gläser füllen und servieren.

Steffen Henssler am 22. Januar 2013