

HERBSTLICHER SMOOTHIE

mit Ingwer und Hagebutte



Fühl die fruchtige Frische heimischer Superfoods: Apfel, Erdbeere, Sauerkirsche und Johannisbeere ergeben einen harmonischen, süßlich-herben Geschmacks-Hit und stecken voller wertvoller Inhaltsstoffe

Portionen: 1 Zubereitungszeit: 1 Minute

ZUTATEN:

- 1 weepaxx VERRY GERMAN
- 1 TL JUST HAGEBUTTE
- 1 TL JUST INGWER
- 100 ml Apfelsaft
- 100 ml Wasser



ZUBEREITUNG:

Alle Zutaten in den weemixx geben und cremig mixxen.

FIT FACTS

- Das im **Apfel** enthaltene Pektin ist gut für den Darm und fördert eine gesunde Verdauung
- **Hagebutte** ist ein heimisches Superfood: Ihr Vitamin C und A-Gehalt ist nahezu unschlagbar
- **Ingwer** ist nicht nur Gewürz, sondern auch Heilmittel. Er wirkt entzündungshemmend, unterstützt die Darmtätigkeit und hilft gegen Übelkeit. Die Knolle ist zudem reich an Vitamin C und enthält darüber hinaus Magnesium, Eisen, Kalzium, Kalium, Natrium und Phosphor