

FAMILIENHÄPPCHEN

GRAPEFRUIT-SMOOTHIE

Ergibt ca. 6dl

- 1 Grapefruit
- 1 Birne
- 1 Handvoll TK-Erdbeeren
- 2-3 dl Orangensaft
- 1 griechisches Joghurt
- etwas Honig

Alle Zutaten gut vermischen. Allenfalls auch mit ein paar Eiswürfeln. Und sofort servieren.