

Squiz für die ganze Familie



Ein einfaches, leckeres und schnelles Smoothie Rezept für die ganze Familie

Zutaten:

- 2 Äpfel
- 1/2 Pomelo
- 1 Prise Zimt

Pampelmusen Smoothie

Zubereitung:

Die Äpfel schälen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Die Pomelo auspressen und den Saft in einen Topf geben. Die Apfelstückchen zum Saft geben und 10 bis 15 Minuten dünsten (oder ca. 10 Minuten dampfgaren). Zimt dazugeben, abkühlen lassen, pürieren und ab damit in den Quetschbeutel.

Guten Appetit!

TIPP: Squiz kann man auch einfrieren! Die Haltbarkeit hängt von den verwendeten Zutaten ab. Mehr Rezepte unter: www.squiz.co



Öffnen



Auffüllen



Schließen



Genießen



Reinigen



Circa
50
Mal

Verwenden