

# Squiz für die ganze Familie



enligne.com



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

## **Zutaten:**

- 5 Äpfel
- 5 reife Birnen
- 1 Zitrone
- 1 Msp. Vanilleextrakt
- ein wenig Wasser

## **Birnenapfel-Vanille Kompott**

### **Zubereitung:**

Äpfel und Birnen schälen, entkernen und in kleine Stückchen schneiden. Den Saft der Zitrone auspressen und zusammen mit ein bisschen Wasser in einen Topf geben. Alle weiteren Zutaten dazugeben und bei schwacher Hitze 15 Minuten köcheln lassen. 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](http://www.squiz.co)



Öffnen



Auffüllen



Schließen



Genießen



Reinigen



Verwenden

Circa  
**50**  
Mal