

# Squiz für die ganze Familie



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

## **Zutaten:**

2 Äpfel  
6 Aprikosen  
1 Zweig Rosmarin  
Zucker (optional)

## **Rosmarin-Aprikosen Kompott**

### **Zubereitung:**

Äpfel und Aprikosen waschen, schälen und in Viertel schneiden. Alles in einen Kochtopf geben und bei mittlerer Hitze und ein wenig Wasser ca. 20 Minuten köcheln lassen. Den Rosmarinzweig entfernen, 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



Circa  
**50**  
Mal

Verwenden