

Berry Dream

Zutaten für 1,5 Liter:

1 mittelgroßer Apfel
 10 weiße Weintrauben (kernlos)
 8 Erdbeeren
 20 schwarze Ribisel
 20 Himbeeren
 Saft von ½ Zitrone
 ca. 600 ml Mineralwasser
 prickelnd
 Eiswürfel, Minze und Him-
 beeren als Garnitur

1. Apfel schälen, vom Kerngehäuse befreien, in grobe Stücke schneiden und mit dem Zitronensaft vermischen.
2. Alle anderen Früchte gemeinsam mit den Apfelstücken mit einem Mixstab (oder im Mixglas) fein pürieren.
3. Mit Mineral auf einen Liter aufgießen.
4. Mit Eiswürfeln, Minzezweig und ganzen Himbeeren anrichten.



Zucker

3,1 g pro 100 ml



Kosten

4,20 € pro Liter



1.



2.



3.



Tipp:

Erst gut verdünnt
 werden Smoothies
 zu einem fruchtigen
 Durstlöscher!