

# Green Smoothie mit Petersilie und Avocado

5–10 Min

## Zubereitung

1 Apfel und Kiwi schälen. Avocado halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch herauslösen.

2 Alle Zutaten in einen Mixer geben und fein pürieren.

3 Smoothie in Gläser gießen und mit Stangensellerie dekorieren.

## Zutaten für 4 Portionen

= Kotányi Produkte

| | |
|---|---|
| 1 Stk. | Apfel |
| 1 Stk. | Kiwi |
| 1 Stk. | Reife Avocado |
| 1 EL | Olivenöl |
| 50 g | Babyspinat |
| 150 g | Stangensellerie |
| 600 ml | Grüner Tee |
| 2 EL | Zitronensaft |
| 1 EL | Bio Petersilie geschnitten |
| 1 TL | Bio Ingwer gemahlen |