

Grüner Stangensellerie-Smoothie mit Petersilie

10–20 Min

Zutaten 2 Portionen

= Kotányi Produkte

300 ml	Orangensaft
75 g	Stangensellerie
50 g	Junger, frischer Spinat
1 Stk.	Avocado
1 Stk.	Banane
1 Stk.	Zitrone (Saft davon)
1 EL	Olivenöl
1 EL	Ingwer gemahlen
2	Stängel frische Petersilie

Zubereitung

1. Apfel, Avocado, Banane und Stangesellerie in Stücke schneiden.
2. Alle geschnittenen Zutaten mit Orangensaft, Zitronensaft, Olivenöl, Petersilie und gemahlenem Ingwer im Standmixer mixen. In Gläser füllen und genießen.