



# Regenerations-Booster: ein wirklich grüner Smoothie

**Vorbereiten**

**10**

Minuten

**Zubereiten**

**5**

Minuten

**Niveau**

**Einfach**



## Zutaten

- 1/2 BIO Gurke mit Schale
- 200ml Kokoswasser
- 1/2 Avocado
- 1 Apfel
- Saft von 1 Limette
- 1 Handvoll Blätter frischer Minze
- 1,5 Hände voll Baby-Blattspinat
- 1 TL Gerstengraspulver
- Wasser nach Belieben zum Erreichen der gewünschten Konsistenz

## Zubereitung

Wie immer ist die Zubereitung des Smoothies extrem einfach: Alle Zutaten in einen Hochleistungsmixer geben, Mixer an, Smoothie fertig.



artgerecht  
MENSCH SEIN

Werbung: Nutze den **Gutschein-Code TIME2TRI** bei deiner Erstbestellung auf <https://artgerecht.com> und erhält 10% Rabatt.