



SEXYGLASFUTTER.DE

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

Smoothie Himbeer-Schmusi



Foto Klaus Rupp - Rezept Norbert Fricke

Zutaten:

Himbeeren, 250 g

Banane, 1

Vanilleschote, 1

Limone,

Zubereitung:

- Vanilleschote mit einem scharfen Messer längs aufschneiden,
- das Mark mit dem Messerrücken rauskratzen,
- Limone auspressen,
- Himbeeren, Banane, Vanillemark, Limonensaft und zerstoßenes Eis im Mixer fein pürieren,
- mit ein paar Himbeeren dekorieren