



## REZEPTE ZUM NACHMACHEN!

[gesundes]

### Obst in flüssiger Form

#### GRÜNER

### Frosch

Ananas | Bananen |  
Kiwi | O-Saft & Spinat

**4 Personen:** 1 Ananas, 2 Bananen, 2 Kiwi,  
200 ml Orangensaft, 1 Handvoll Spinat

#### ROTE

### Neue Liebe

Himbeeren | Bananen |  
O-Saft & Eiswürfel

**4 Personen:** 400 g Himbeeren, 2 Bananen,  
400g Orangensaft, 80 g Eiswürfel

#### GELBER

### Sommertraum

Mango | Banane |  
O-Saft & auch Eiswürfel

**4 Personen:** 1 Mango, 1 Banane,  
500ml Orangensaft, 80 g Eiswürfel



Rezept-Download  
[O-G-V.de/Smoothie](https://O-G-V.de/Smoothie)

