

Obst- und Gartenbauverein

Heiningen-Maubach-Waldrems e.V.



OGV SMOOTHIE'S

BEREIT FÜR DAS SCHLARAFFENLAND IN FLÜSSIGER FORM?

REZEPTE ZUM NACHMACHEN!

GRÜNER

Frosch

Ananas | Bananen |
Kiwi | O-Saft & Salat

4 Personen: 1 Ananas, 2 Bananen, 2 Kiwi,
200 ml Orangensaft, 1 Handvoll Salat + Minze

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

[gesundes]

Obst in
flüssiger
Form



Rezept-Download
O-G-V.de/Smoothie

