



Einfacher Spinat-Bananen Smoothie

4 Personen

Schwierigkeitsgrad: einfach

Spinat, frisch ca. 600 g

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Banane, gut reif 4 Stück

Orangensaft ca. 600 ml

Zubereitung:

Bananen schälen und den frischen Spinat gut waschen. Beide Zutaten zusammen mit dem Orangensaft in den [Mixer](#) geben und bis zur gewünschten Konsistenz pürieren.

Ich selbst habe es schon mal mit 1 EL Apfelmus etwas verfeinert. Der Kreativität sind dabei jedoch keine Grenzen gesetzt.