

Grüner Smoothie mit Feldsalat



Zutaten : für 1 Glas

1 Handvoll Feldsalat
1 Banane
1 Teelöffel geraspeltes Kokosnuss
1 Teelöffel Leinsamen
1 Teelöffel Honig
250 ml Wasser

Zubereitung :

Alles zusammen in einen Blender oder einen Mixer mit Messer geben und mixen.

