

# Grüner Smoothie mit Feldsalat



**Zutaten :** für 1 Glas

- 1 Handvoll Feldsalat
- 1 Banane
- 1 Teelöffel geraspelt Kokosnuss
- 1 Teelöffel Leinsamen
- 1 Teelöffel Honig
- 250 ml Wasser

**Zubereitung :**

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

