

Rezept von Andrea Niessen

Rote Bete Smoothie

Zutaten für 4 Portionen

- 400 g gegarte rote Bete
- 800 ml Ananassaft
- 4 EL Zitronensaft
- 2 Prisen Salz
- 200 g Crushed Ice
- 4 TL Worcestershire- Sauce

Zubereitung

1. Rote Bete grob schneiden
2. Mit Ananassaft, Zitronensaft, Salz und Crushed Ice pürieren.
3. Mit 1-2 TL Worcestershire-Sauce abschmecken.