Nah&Frisch



Nah&Frisch Professional

Wassermelonen-Smoothie

Getränke Fasten Früchte Gartenparty Kalorienarm Kalte Küche Sommer

Zubereitung

Schwierigkeit: ●●○○○

Die Wassermelone teilen. Nach Bedarf, etwas davon zum Garnieren abschneiden und in Zur Seite stellen. Den Rest schälen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Das Fruchtfleisch in einem Mixer oder eine Küchenmaschine geben und mit dem Zitronensaft glatt pürieren.
In jedes Glas jeweils einige Eiswürfel geben und mit dem Smoothie aufgießen. Mit den Wassermelonenstücken und der Minze garnieren und servieren.
Tipp: Perfekt dazu gut gekühlte Auer Fandoro Röllchen.

Zutaten

- 1 Wassermelone ca. 1 kg
- Saft von 1 Zitrone
- 3 Zweige Minze