

# Powerdrink

Rezept für 4 Portionen  
Dauer: ca. 5 Minuten

## Zutaten:

Zutat	Menge
Obst	Etwas / nach Bedarf
Orangensaft / Orange Juice	5 dl
Natur-Joghurt / Naturjoghurt	2 Dose(n) / Becher
Bienenhonig	Etwas / nach Bedarf

## Zubereitung:

Das Obst ( Trauben , Orangen , Ananas , Äpfel , Birnen , ...) in Stücke schneiden. Die Obststücke in einen Standmixer geben und mit dem Joghurt kurz aufmixen. Orangensaft und Honig dazu geben und mixen bis es ein schöner Saft ist. Danach sofort trinken, sonst entstehen Bitterstoffe.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-400-Powerdrink.html>  
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf [www.koch-idee.at](http://www.koch-idee.at)