



## MEIN GENUSS



### Saftiger Ingwer-Smoothie



**It's a match!**

It's a match! Unser Imker-Honig verleiht deinen Smoothies eine gesunde, einmalige Süße!

Vorbereitung  
**15 min**

Niveau  
**Mittel**

Zubereitung  
**20 min**

#### Zubereitung

- 1** Den Ingwer und die anderen Früchte waschen und dann in kleine Stücke schneiden.
- 2** Schließlich die Frucht-Würfel mit dem Mixer oder Pürierstab mixen, bis eine cremige Flüssigkeit entsteht.
- 3** Je nach Geschmack kann noch etwas Wasser hinzugefügt werden, wenn es flüssiger sein soll. Den **Honig** hinzufügen und nocheinmal kurz durchmixen.
- 4** Den fertigen Smoothie in Gläser abfüllen, servieren und genießen!

#### Zutaten

- 1 mittelgroße Ingwer-Knolle
- 2 Banane(n)
- 2 Orange(n)
- 1 Birne
- 1-2 EL Blüten- der Waldhonig

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt\* auf deine nächste Bestellung.

\*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 15.06.2026.