



## 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 noch einmal 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.