



farmgoodies
So entsteht das Gute

SMOOTHIE MIT BIO-GERSTENGRASPULVER

Erstellt am 18.01.2023

Gesunder & natürlicher Energydrink
nach einem Rezeptvorschlag von Michaela
Aufreiter

🕒 10 min 🍴 leicht



Zutaten:

2 Bananen 🍌
4 Kiwis
200 ml Apfelsaft 🍏
Saft aus 1 Zitrone 🍋
1 Handvoll Spinat oder Mangold
2 EL Bio-Gerstengraspulver 🌿

Zubereitung:

Obst schälen und mit allen anderen Zutaten in den Mixer geben und cremig pürieren. Je nach Konsistenz kann man evt. noch etwas Wasser zugeben. Nach Geschmack kann man auch anderes grünes Gemüse bzw. Obst der Saison verwenden.

**BIO-GERSTENGRASPULVER
DAS GERSTENGRAS WÄCHST DIREKT HIER IM MÜHLVIERTEL UND
WIRD DIREKT NACH DER ERNTE GETROCKNET UND PULVERISIERT.
DAS FEINE GRÜN-GRASIGE PULVER STECKT VOLLER ENERGIE,
ANTIOXIDANTIEN UND VIELEN WEITEREN WIRKSTOFFEN, DIE
SICH ALLESAMT ERGÄNZEN UND BASISCH AUSGLEICHEND AUF
DEN KÖRPER WIRKEN. 100 % BIO AUS ÖSTERREICH A T.**

2026 © All Rights Reserved