

### **Pinker Smoothie - Rotkohl? Rotkohl!**

- Rotkohl
  - Birne
  - Zitrone
  - Salatgurke
  - Birnendicksaft
  - Eiswürfel
- 

### **Grüner Smoothie. Mit Apfel, Salat und Heidelbeeren.**

- grüner Apfel
  - Romanasalat
  - Babyspinat
  - frische Minze
  - Heidelbeeren
  - Honig
  - kaltes Wasser
  - Eiswürfel
- 

### **Mango & Mangold Smoothie**

- Mangold
- Banane
- Mango
- Apfelsaft
- Minze zum Garnieren