

# SMOOTHIES

SCHNELL GEMACHT UND SUPER LECKER

## Zutaten:

### Frühstücksmoothie:

Für 2 Personen

125 g rote Wassermelone

125 g TK-Beeren

1 EL Chlorella-Pulver

200 ml Wasser

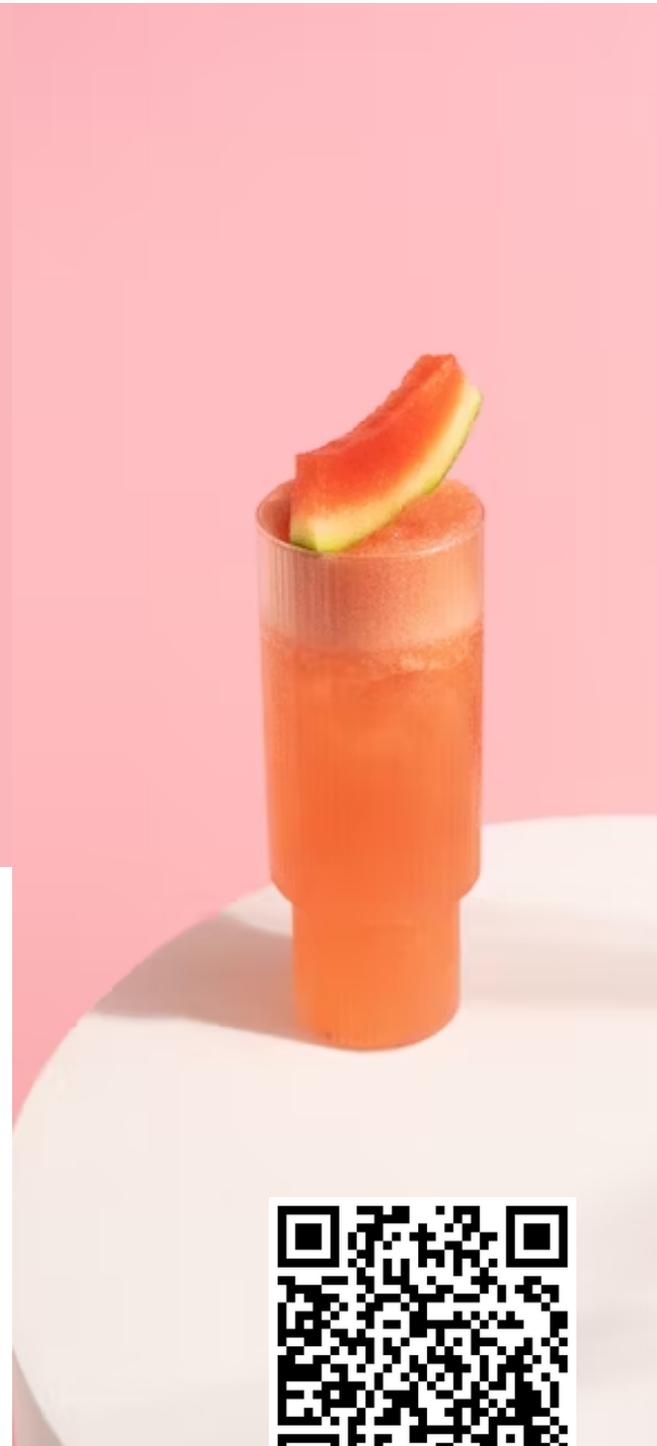
## Beschreibung:

Bereite die Wassermelone vor, indem du aus dem inneren der Wassermelone kleine Stücke schneidest. Gebe die restlichen Zutaten in den Standmixer und mixe die Zutaten zu einer cremigen Masse. Verteile die Masse auf die Gläser. Halte ein Stück Wassermelone zurück und verwende diese als Dekoration.

Pro Portion ca. 140 kcal

Gesamt: 280 kcal

[www.dastrainingsmoment.de](http://www.dastrainingsmoment.de)



Das Trainingsmoment  
PERSONAL & WORK FITNESS