

HALLOWEEN SMOOTHIE

aus dem Standmixer

Schaurige Vitamin-Bombe zu Halloween!



Zutaten pro Glas

- 1 Orange
- 1 EL Kürbispüree
(Hokkaido kochen und pürieren)
- 1/4 TL Pumpkinspice
- 50 ml Orangensaft
- Etwas Grenadine-Sirup
- Litschis gespickt mit Heidelbeeren
(für die Augen am Spieß)

Zubereitung:

1. Orange vorbereiten:

Die Orange schälen und grob stückeln.

2. Mixen:

Die Orangenstücke zusammen mit dem Kürbispüree, dem Pumpkinspice und dem Orangensaft in den Nutribullet geben. Mixen, bis eine cremige Konsistenz erreicht ist.

3. Augen zaubern:

Die Litschis mit Heidelbeeren spicken, auf Spieße stecken und mit etwas Grenadine-Sirup beträufeln.

4. Servieren:

Ein Glas mit Eiswürfeln vorbereiten, den Smoothie einfüllen und die Litschi-Spieße dekorativ hineinstecken. Mit einem weiteren Schuss Grenadine-Sirup garnieren.