

Ananas-Pimpinelle Smoothie

Menge	Zutaten
20 g	Pimpinelle (frisch aus dem Garten)
100 ml	Vanille Soja Drink
1 Stck	reife Ananas (bei mir waren es 460g)
1 EL	Wipferl-Zitronenmelisse Honig

Zubereitung:

1. Ich habe von der Pimpinelle nur die Blätter und Blüten verwendet – also habe ich sie von den Stielen abgelöst.
2. Wiesenknopf Blätter und Blüten waschen und in Nutribullet geben (oder in einen anderen Smoothie Mixer).
3. Mit Vanille-Soja Drink aufgießen, einen Löffel Wipferl-Zitronenmelisse Honig dazugeben und gut mixen. Fertig ist unser erfrischendes Getränk.
4. Dekoriert habe ich meinen Smoothie mit Blüten aus dem Garten, aber auch die Pimpinelle-Blume war dabei.



Lucina's Tipps:



Pimpinelle lässt sich auch auf Wiesen finden, in Gärtnereien kaufen und manchmal auch in Supermärkten oder auch auf Bauernmärkten ergattern.



*Ich wünsche euch gutes Gelingen und
guten Appetit!!*

Eure Lucina Cucina