

Avocado-Power-Smoothie

von Romy Dollé

Vorbereitung: 5 Minuten

Zutaten:

3dl	Wasser
½	Avocado
¼ - ½	Avocadokern
30g	Proteinpulver
½	Banane
1TL	Kakaopulver
	Zimt gemahlen
	Kurkuma gemahlen

Alle Zutaten in einen Mixer geben und ein paar Minuten vermengen. In ein Glas füllen und zum Frühstück oder nach einem harten Training oder zum Nacht genießen. En Guete!