

## Rote Bete Apfel Smoothie

Ein Rezept von: **snoopy**



### Zutaten für 2 Personen

Rote Beete: 1 Stück  
Apfel: 1 Stück  
Apfelsaft: 100 ml  
Ingwer: ein bisschen  
Honig: 1 EL  
Limette: 1 Stück

### Zubereitung

*Ein schneller, gesunder und einfacher Smoothie Rezept.*

#### Schritt: 1

Apfel waschen, entkernen und in Stücken schneiden, eine gekochte rote Beete würfeln . Ein EL Honig , das Fruchtfleisch einer Limette dazugeben und ein bisschen Ingwer raspeln.

#### Schritt: 2

100ml Apfelsaft dazugeben und alle Zutaten mit einem Blender für etwa 2-3 Minuten pürieren.  
Lasst es Euch schmecken.