

Für einen schwungvollen
Start in den Tag!

ARLA® SKYR FEEL GOOD BOWL





Zutaten für 10 Portionen:

- 1 kg *Eiswürfel*
- 750 g *Arla® Skyr*
- 750 g *Arla® Foodservice Buttermilch*
- 750 g *reife Avocados*
- 750 g *reife Bananen*
- 500 g *gefrorene Heidelbeeren*
- 150 g *frisch gepresster Zitronensaft*
- 100 g *Puderzucker*
- 20 g *Chia Samen*
- 20 g *Vanillezucker*

Topping

- 500 g *Müsli*
- 250 g *frische Blaubeeren*

Nährwerte pro Portion:

- 617 kcal, 21,6 g Eiweiß,
- 30,2 g Fett, 64,7 g Kohlenhydrate,
- 5,5 Broteinheiten

ARLA® SKYR FEEL GOOD BOWL

Zubereitung

1. Avocados und Bananen in mittelgroße Stücke schneiden.
2. Eiswürfel, Arla® Skyr, Arla® Foodservice Buttermilch, Avocados, Bananen, Heidelbeeren, Zitronensaft, Puderzucker, Chia Samen und Vanillezucker in einen Mixer geben. Auf höchster Geschwindigkeit alle Zutaten ca. 30 Sekunden pürieren.
3. Den fertigen Smoothie in ein Servierglas oder eine Schale geben und nach Bedarf mit Müsli und Blaubeeren garnieren.



Ihrer Phantasie sind keine Grenzen gesetzt.
Variieren Sie das Topping
für ein wechselndes Angebot,
z.B. mit getrockneten Goji-Beeren,
Mandeln oder Amaranth.