

Grüner Smoothie mit Moringa und Gerstengraspulver

Sie möchten Ihr Immunsystem unterstützen und sind ein Fan von grünen Smoothies? Perfekt!

Vitamin C und D₃, sind bewährte Helfer für das Immunsystem. In diesem leckeren Smoothie werden sie mit Moringa, Gerstengraspulver und Colostrum ergänzt. Etwas frisches Obst und Salat dazu - fertig ist der schmackhafte und gesunde grüne Smoothie. Perfekt für einen vitalen Start in den Tag!



Zutaten für 2-3 Smoothies:

- 100 g Salate der Saison (z.B. Feldsalat, Rucola, Postelein)
- 1 Orange
- 1 Apfel
- 1 TL [Moringa Pulver](#)
- 1 TL [Gerstengras-Pulver](#)
- 100 ml [Aloe Vera-Saft](#)
- 100 ml [Bio-Colostrum](#)
- 150 ml Wasser
- 5 Tropfen [Vitamin D₃](#) flüssig

Hinweis:

Wir empfehlen Zutaten aus kontrolliert biologischem Anbau (Demeter, Bioland, Naturland). Sie haben den höchsten Nährstoffgehalt und die niedrigste Belastung.

Zubereitung:

Den Salat waschen. Die Orangen schälen. Das Obst grob schneiden. Alle Zutaten in einen Hochleistungsmixer geben und fein pürieren. Direkt genießen!