

Apfel-Spinat Smoothie mit Minze und Ingwer

Rezept von Weingut Ankermühle, Oestrich-Winkel

Zutaten für 4 Personen:

4 Granny Smith Äpfel
120 g Spinat
1 Stange Staudensellerie
2 EL feingehackter Ingwer
1 Stängel Zitronengras, unterer Teil feingehackt
10 Zweige glatte Petersilie
10 Minzblätter
Eiswürfel nach Belieben

Zubereitung

Alle Zutaten waschen, die Kräuter trocken schleudern. Dann alles in grobe Stücke hacken, Eis dazu und im Standmixer pürieren.