



## Spinat-Smoothie mit Apfel und Birnen

1 Apfel

1 Birne

125g Spinat  
zupfen.

2 EL Agavendicksaft  
ca. 250ml Wasser

und

waschen, jeweils das Kerngehäuse entfernen und in grobe Stücke zerteilen.

waschen, trockenschütteln und in grobe Stücke

Alles zusammen mit

sowie

pürieren bis eine cremige Konsistenz erreicht ist.

**Biolandhof Avena/Dreyer GbR**

Hagenpolder 1 26736 Krummhörn

04920 / 318

[info@biolandhof-avena.de](mailto:info@biolandhof-avena.de)

[www.biolandhof-avena.de](http://www.biolandhof-avena.de)