

Rezept der Woche



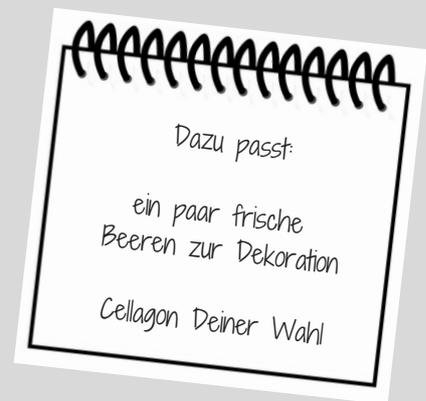
Avocado-Bowl

Zutaten

1/2 Birne	50 ml Wasser
1/2 Avocado	1 TL Zimt
1 Handvoll Spinat	1 cm Ingwer
50 ml Kokosmilch	

Und so einfach wird es gemacht:

- 1 Alle Zutaten in kleine Stücke schneiden und den Ingwer klein raspeln.
- 2 Kokosmilch, Wasser, Ingwer und Zimt hinzugeben und alles mixen.



Dr. Finzels Tipp:

Die Avocado ist in der Produktentwicklung eine willkommene Frucht. Gemasht hat sie die Konsistenz von Joghurt. Geschmacklich passen Beeren als süße Variante oder Speck als pikante Variante besonders gut dazu.

weitere Rezepte und Infos unter

drfinzel.de