

# Zutatenliste

## Vitamin Energy Shake

Anzahl	Einheit	Zutat
8	Stück	Mini-Zwieback Kokos
1.00		Mango
300.00	ml	Buttermilch
300.00	ml	Orangensaft
3.00	EL	Limettensaft
4.00	EL	Honig

## Zubereitung

Vitamin Energy Shake (4 Gläser): 1 reife Mango schälen, Fruchtfleisch in Spalten vom Stein schneiden. Vier Spalten für die Dekoration zurück behalten, den Rest würfeln. Mangowürfel mit 300 ml Buttermilch, 300 ml Orangensaft und 2-3 EL Limettensaft pürieren. 8 Brandt Mini-Zwiebäcke Kokos in einem Gefrierbeutel mit einem Nudelholz zerbröseln und unterrühren. Energy Shake mit 4 EL Honig verfeinern und in einem Glas mit Mangospalten garniert servieren.

Zubereitungszeit: 10 Min.