

## Erdbeer-Melonen-Smoothie

### Ihr braucht (für 4 Gläser):

- 250g Erdbeeren
- 450g Fruchtfleisch einer Wassermelone
- 1 Bio-Limette
- 4 EL flüssiger Honig oder Agavendicksaft
- Eiswürfel

### So geht's:

Erdbeeren waschen und grob zerkleinern (Strünke können mitverarbeitet werden). Die Wassermelone in Stücke schneiden (alle schwarzen Kerne entfernen, da der Smoothie sonst bitter werden kann). Heiß abgewaschene Limette abtrocknen und circa 1 Teelöffel Schale fein abreiben. Anschließend die Limette auspressen.

Erdbeeren, Wassermelone, Limettenabrieb, Limettensaft und Süßungsmittel in einem Mixer pürieren. Eiswürfel zum Schluss dazu geben und nochmals kurz mixen. Nach Bedarf mit etwas Mineralwasser auffüllen.

