



Kaliko

3 Kiwis

1 Viertel Ananas

1 Limette

1 Handvoll Brunnenkresse

2 Bananen

2 EL rohes Kokosmus

400 ml Trinkwasser

Die Brunnenkresse im Mixer zusammen mit etwas Trinkwasser auf höchster Stufe zerkleinern. Die gewaschenen und geschälten Kiwis, Ananas und Limette zusammen mit der Banane und dem Kokosmus auch in den Mixer geben. Noch etwas Trinkwasser hinzufügen und dann alles bei kleiner Drehzahl mixen und anschließend langsam auf die höchste Stufe steigern.

