



## MANGO-INGWER-ORANGEN-SMOOTHIE

Gelb macht glücklich! Dieser Smoothie mit Mango, Ingwer und Orange stärkt Dein Immunsystem und sorgt für eine fruchtige Erfrischung.

### ZUTATEN

Für 450 ml:

- 1 Mango
- 2 EL Joghurt
- 1 Orange
- 1 walnussgroßes Stück Ingwer
- 4 Eiswürfel

### ZUBEREITUNG

Mango in Würfel schneiden und in den Standmixer geben. Ingwer in Stücke schneiden, dazugeben und kurz mixen. Die Orange auspressen und den Saft zusammen mit dem Joghurt und den Eiswürfeln in den Mixer geben. Auf mittlerer Stufe mixen, bis eine cremige Konsistenz erreicht ist. Anschließend in die BODDELS Trinkflasche TWEE umfüllen und unterwegs genießen!

**boddels**<sup>®</sup>

Mehr Rezepte für Infused Water, Smoothies, Tees und andere gesunde Getränke findest Du auf [www.boddels.de](http://www.boddels.de)