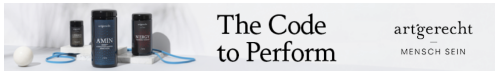


Sauer macht lustig: Rhabarber-Erdbeer-Smoothie

Vorbereiten	Zubereiten	Niveau
15	**3**	**Einfach**
Minuten	Minuten	★ ☆ ☆

Zutaten

- 2 Stängel Rhabarber, geschält und in grobe Stücke geschnitten
- 150g Erdbeeren
- 150g fettarmer Naturjoghurt
- 1 EL Honig
- Saft von 1/2 Grapefruit
- 6 Blätter Basilikum
- 2 EL Wasser
- 1 Handvoll Eiswürfel



Werbung: Nutze den **Gutschein-Code TIME2TRI** bei deiner Erstbestellung auf https://artgerecht.com und erhalte **10% Rabatt**.

Zubereitung

Den Rhabarber zusammen mit dem Wasser in einen Topf geben und erhitzen, bis er zu zerfallen beginnt. Kurz abkühlen lassen. Alle Zutaten zusammen in einen Hochleistungsmixer geben und auf höchster Stufe pürieren.

© 2026 TIME2TRI GmbH