



## Grüner Smoothie mit Dinkelgras, Kresse und Wirsing

Angaben für 4 Gläser à 200ml

20g	Babypinac
20g	Wirringkohl
1St.	Orange
2St.	Äpfel
20g	Dinkelgraspulver
20g	Kresse
1TL	Hanföl
1EL	Agavendicksaft
600ml	Stilles Wasser

### Zubereitung:

Babypinac und Wirringblätter waschen und grob schneiden. Orange schälen, in grobe Stücke schneiden und entkernen. Äpfel waschen, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Kresse abschneiden, waschen.

Alle Gemüse- und Fruchtstücke in einen Mixer geben, Dinkelgraspulver, Kresse, Hanföl und Agavendicksaft zugeben. Mit stillem Wasser auffüllen und zu einem feinen Smoothie mixen.