



## Smoothie Apfel-Melone



### Zutaten für 2 Gläser:

- 200 ml Apfelsaft
- 400 g Wassermelone
- 1 Bio-Limette (Saft, etwas geriebene Schale)

Außerdem brauchst Du:  
Messer, Brettchen, Mixer/Pürierstab, ein hohes Gefäß

### So geht's!

1. Die Melone würfeln und einfrieren.
2. Die gefrorenen Melonenwürfel mit dem Apfelsaft in einen Mixer oder ein hohes Gefäß geben.
3. Etwas Limettenschale hineinreiben.
4. Die Limette auspressen und den Saft ebenfalls in den Mixer geben.
5. So lange mixen, bis Du keine Stücke mehr siehst.
6. Den fertigen Smoothie in die Gläser füllen und gut durchrühren.

### Tipp:

Besonders lecker wird es mit zusätzlich 2-3 pürierten Erdbeeren.

### Hier gibts mehr...

Du brauchst noch eine Backidee für luftig-leckere Cherry-Cupcakes oder willst Dein Bike verschönern? Dann gibts weitere kreative Do-it-yourself-Anleitungen auf

[www.red-young.de](http://www.red-young.de)