



Erdbeerbowle

Zutaten

- 1 Liter Chi (Reformhaus)
- 250 g Erdbeeren
- Saft einer Orange
- Zitronensaft
- 1 Messerspitze Vanille
- 1 Messerspitze Zimt
- 2 Esslöffel Honig

Variante:

- 1-2 Esslöffel Braunhirse Wildform
- 1-2 Esslöffel Erdmandeln

Die Hälfte der Erdbeeren mit dem Chi im Mixer pürieren. Orangen- und Zitronensaft dazu geben und mit den Gewürzen sowie dem Honig mischen. Die zweite Hälfte der Erdbeeren fein schneiden und ebenfalls dazugeben. Es können auch alle Erdbeeren püriert werden.

Tipp:

Hierzu schmecken sehr gut die Braunhirse Wildform und/oder die Erdmandeln – einfach 1 bis 2 Esslöffel zugeben und 5 Minuten ziehen lassen.

