



## Fruchtmilch

### Zutaten

- 3 Scheiben Ananas
- 1 Banane
- 1 Esslöffel Mandelpüree
- 1 Teelöffel Honig
- 1/2 Liter Wasser

### Variante:

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

Alle Zutaten im Mixaufsatz oder mit dem Pürierstab pürieren, mit Honig nach Belieben süßen.

### Tipp:

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

