

## Apfel-Randen-Ingwer Smoothie



### Zutaten für 3-4 Gläser

- 1 grosser Pink Lady Apfel, geviertelt
- 150 g gekochte Rande
- 1 ca. 5 cm langes Stück frischer Ingwer, geschält
- etwas Honig oder Agavendicksaft
- 1 Zitrone, geschält
- 2-3 Gläser Wasser

### Zubereitung, ca. 10 Minuten

Alles zusammen in ein Mixerglas geben und so lange mixen, bis keine Stücke mehr zu sehen sind. Sollte der Smoothie noch zu dickflüssig sein, einfach etwas mehr Wasser begeben.