Smoothie met zomerbietjes, ananas, aardbeitjes, citroen en basilicum

Ingrediënten

voor 1 glas van 350 ml
Kcal per glas: ongeveer 150

200 gram rauwe zomerbietjes (schoongemaakt)
100 gram verse ananas
100 gram aardbeitjes
sap van ½ citroen
1 of 2 basilicumblaadjes (naar smaak)

Veganistisch

bereidingstijd: 10 minuten

keukenhulpjes:

blender
sapcentrifuge of juicer

Aan de slag

- Snij de zomerbietjes in stukjes en pers ze uit in de sapcentrifuge of juicer. Stop de ananas, de aardbeitjes, het citroensap en de basilicumblaadjes in de blender en voeg het bietensap toe. Blend tot er een gladde smoothie ontstaat. Geniet van deze donkerroze verfrissende verrassing voor onderweg of thuis ♥

Tip: Gooi de overgebleven uitgeperste zomerbietjes niet weg, maar vries ze in. Binnenkort kom ik met een recept voor feestelijke chocolade cupcakes waar je de bietjes weer in kunt gebruiken!