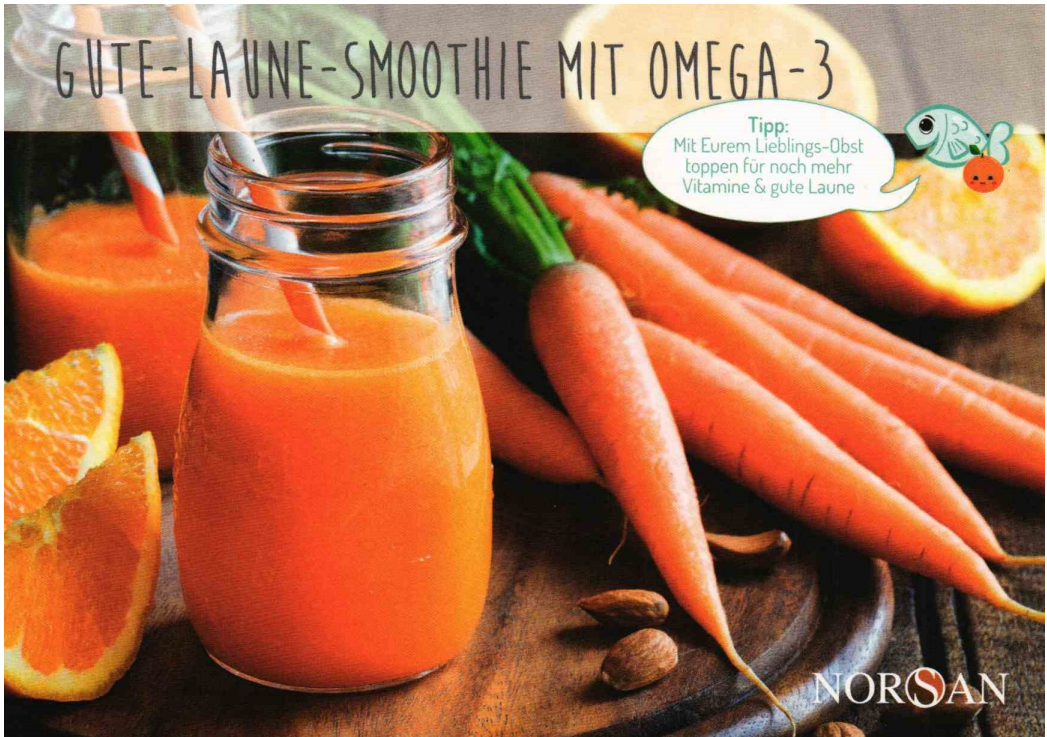


GUTE-LAUNE-SMOOTHIE MIT OMEGA-3

Tipp:
Mit Eurem Lieblings-Obst
toppen für noch mehr
Vitamine & gute Laune



NORSAN

GUTE-LAUNE-SMOOTHIE MIT OMEGA-3



2 Portionen



10 min



- 1 Mango
- 1 Orange
- 1 Banane
- 300 ml Kokos- oder Reismilch
- 1 Apfel
- 320 ml stilles Wasser
- 1 Karotte
- **1 bzw. 2 Löffel NORSAN Omega-3 KIDS***

Das Obst und die Karotte waschen, ggf. schälen und in einen Standmixer geben. Nun Kokos- bzw. Reismilch sowie Wasser hinzugeben und alles pürieren, bis eine sämige Konsistenz entsteht. Sollte der Smoothie noch zu dickflüssig sein, kann noch etwas Wasser hinzugegeben werden. Auf 2 Gläser aufteilen und **NORSAN Omega-3 KIDS** Öl einrühren.

Guten Appetit 😊

Weitere leckere Rezepte auf www.norsan.de/rezepte



@kuvona - stock.adobe.com

NORSAN Omega-3 Öle nie erhitzen. Warme Speisen 2 Minuten abkühlen lassen, bevor Sie das Öl darübergeben.



* Empfehlung von NORSAN:
2-6 Jahre: ½ TL / 2,5 ml pro Tag
6-12 Jahre: 1 TL / 5 ml pro Tag
Ab 12 Jahren: 1 EL / 9 ml pro Tag

NORSAN

San Omega GmbH
www.norsan.de
Tel.: DE: 030 555 788 990
AT: 0800 070908
Mail: post@norsan.de