

BERRY ENERGY SHAKE

Frische Beerenfrüchte



Tee-Rezept
Snack

BERRY ENERGY SHAKE

ZUTATEN (für ein Glas)

160 ml	Tee-Basis Meßmer Finest Moments Berry Wow
¼	Banane
100 g	gefrorene Beerenfrüchte
50 ml	Granatapfelnektar
40 g	Sahne-Joghurt, ersatzweise pflanzlicher Joghurt
2 EL	Honig



VORBEREITUNG

10 Beutel Meßmer Finest Moments Berry Wow mit 1 l sprudelnd kochendem Wasser 5-8 Min. ziehen lassen, abkühlen und kaltstellen.



ZUBEREITUNG

1. 160 ml Tee-Basis mit Banane, gefrorenen Beerenfrüchten, Granatapfelnektar, Joghurt und Honig in einem Mixer fein pürieren.
2. Beerenfrüchte auf einen Spieß stecken und mit dem restlichen Basilikum als Garnitur auf dem Shake platzieren.

