



Zutaten für 2 Personen

für die schwarze Schicht

140 g tiefgekühlte Heidelbeeren
70 ml roter Traubensaft
(schwarzer Johannisbeersaft)

für die rote Schicht

140 g tiefgekühlte Himbeeren
(Erdbeeren und Himbeeren
gemischt)
70 ml roter Traubensaft (3 EL
Erdbeersirup)

für die gelbe Schicht

140 g tiefgekühlte Tropic-
Mischung (Mango)
70 ml Orangensaft

Puderzucker nach Belieben

*Bemerkung: In Klammern steht
meine persönliche Abwandlung
des Originalrezeptes.*



Smoothie im Deutschland-Style

Zubereitung

Für die gelbe, bzw. goldene Schicht die Mango waschen, schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Für 20 Minuten in den Froster legen. Das selbe für die rote Schicht wiederholen. Erdbeeren waschen, putzen und vierteln. Himbeeren verlesen, mit den Erdbeerviarteln vermischen und ebenfalls leicht gefrieren lassen. Für die schwarze Schicht Heidelbeeren verlesen, waschen, abtropfen lassen und zum anderen Obst in den Froster stellen.

Zunächst wird mit der untersten gelben Schicht begonnen. Dafür die leicht gefrorenen Mangostückchen aus dem Froster nehmen, in den großen Mixbecher geben, Orangensaft aufgießen und mit Puderzucker nach Belieben süßen. Nun mit dem Pürierstab gleichmäßig pürieren und in zwei vorbereitete Gläser geben.

Mit der roten Schicht wird genau so verfahren. Beerenmischung aus dem Gefrierschrank nehmen mit etwas Traubensaft (in meinem Fall war es Erdbeersirup) in den Mixbecher geben und bei Bedarf und nach Gusto mit Puderzucker süßen (ich habe den Puderzucker weggelassen, da es süß genug war). Alles ordentlich durchpürieren und vorsichtig auf die gelbe Masse schichten.

Und mit der letzten Schicht funktioniert es genau so. Heidelbeeren in den Mixbecher geben, Traubensaft (in meinem Fall war es schwarzer Johannisbeersaft) dazu gießen, leicht mit Puderzucker verfeinern und pürieren. Achtsam auf die rote Schicht geben, Strohhalm rein, Füße hochlegen und genießen.