



# Cinderella

Disney  
PRINZESSIN

## FUNKELNDER MITTERNACHTS-SMOOTHIE

- Ergibt 1 großen Smoothie •

### Zutaten

150 g fettarmer Vanillejoghurt  
200 ml Milch  
25 g Brombeeren  
25 g Blaubeeren  
25 g Trauben  
25 g Erdbeeren  
1/2 Banane  
1/2 Teelöffel essbarer blauer Glitzer  
1 Kugel Vanilleeiscreme

### Benötigte Utensilien:

Mixer  
Glas  
Löffel  
Strohalm

### Tipp

Erfordert die Aufsicht eines Erwachsenen.

Du kannst verschiedene Früchte im Smoothie ausprobieren und sehen, welche Farbmischung du zusammenstellen kannst!



Die gute Fee half Cinderella, sich für den Ball fertig zu machen und sie tanzte bis Mitternacht. Beobachte die Glitzerteilchen in diesem Mitternachts-Smoothie und stelle dir vor, du wärst auf deinem ganz eigenen Ball!

### Anleitung

1. Wasche die Brombeeren, Heidelbeeren, Trauben und Erdbeeren mit kaltem Wasser und tupfe sie trocken.
2. Schäle die Banane und schneide sie in zwei Hälften, dann schneide die grünen Blätter von den Erdbeeren ab.
3. Gib die gewaschenen Brombeeren, Heidelbeeren, Trauben, Erdbeeren und die halbe Banane zusammen mit dem Joghurt und der Milch in einen Mixer. Mixe alles zusammen und gib einen Schuss Wasser hinzu, bis der Smoothie die richtige Konsistenz hat. Er sollte cremig sein.
4. Sobald der Smoothie cremig ist, gib den essbaren blauen Glitzer hinzu und mixe alles noch einmal. Beobachte, wie die Glitzerpartikel herumwirbeln!
5. Gieße den Smoothie in ein Glas, gib eine Kugel Vanilleeis darauf und streue noch etwas essbaren blauen Glitzer darüber!
6. Nimm einen Metall- oder Glasstrohalm und genieße den Smoothie, solange er noch kalt ist!

