



*Green Smoothie mit Orangen und Mango*

# Green Smoothie mit Orangen und Mango



 Zubereitungszeit: 5 Minuten

 1,5 l / Für 4 Personen

---

**3 Orangen, halbiert**

**5 Schwarzkohlblätter, geschnitten**

**1 Avocado**

**150 g gefrorene, geschnittene Mango**

**650 ml gekühltes Kokoswasser**

---


Zubereitung

1. Zutaten in den Mixerkrug geben und den Deckel sicher verschließen.

 **GREEN SMOOTHIE / SMOOTHIE**  
bis zum Programmende.



 Zubereitungszeit: 5 Minuten

 Für 1 Person

---

**1 Orange, geschält, geschnitten**

**2 Schwarzkohlblätter, geschnitten**

**½ Avocado**

**100 g gefrorene, geschnittene Mango**

**300 ml gekühltes Kokoswasser**

---

Zubereitung

1. Zutaten in den kleineren Trinkbecher geben und Mixerklingen Aufsatz befestigen.

 **GREEN SMOOTHIE / SMOOTHIE**  
bis zum Programmende.