



Mango-Vanille-Smoothie mit Chiasamen

Mango-Vanille-Smoothie mit Chiasamen



 Zubereitungszeit: 5 Minuten

 1,5 l / Für 4 Personen

400 g gefrorene, geschnittene Mango


200 g fettarmer Vanille-Joghurt

2 Esslöffel Chiasamen

750 ml gekühlte Milch Ihrer Wahl


Zubereitung

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

 **SMOOTHIE** bis zum Programmende.



 Zubereitungszeit: 5 Minuten

 Für 1 Person

150 g gefrorene, geschnittene Mango


300 ml gekühlte Milch Ihrer Wahl

150 g fettarmer Vanille-Joghurt

1 Esslöffel Chiasamen

Zubereitung

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

 **SMOOTHIE** bis zum Programmende.