



ovomaltine

HEIDELBEER-SHAKE MIT HOLUNDER UND CASHEWKERNEN

OVOMALTINE REZEPTE



Kategorie
Snack



Schwierigkeit
leicht



Portionen
2



Zubereitungszeit
<30 Minuten

Was ist besser als ein Heidelbeershake? Ein Heidelbeer-Shake mit Holunder und Cashewkernen mit Ovomaltine.

Zutaten

- 100 g Cashewkerne
- 100 g Heidelbeeren
- 2 Sachets Ovomaltine Pulver (à 18 g)
- 100 ml Holundersaft
- 1- 2 EL Agavendicksaft oder Honig (nach Belieben)

Zubereitung

- ★ Die Cashewkerne in einer Schüssel mit Wasser bedecken und über Nacht einweichen.
- ★ Am nächsten Tag das Einweichwasser von den Cashewkernen abgießen. Die Heidelbeeren waschen und abtropfen lassen.
- ★ Die Cashewkerne mit Ovomaltine Pulver, Heidelbeeren, Holundersaft und 250 ml Wasser im Mixer (oder in einem hohen Gefäß mit dem Pürierstab) fein aufmixen. Den Shake nach Belieben mit Agavendicksaft oder Honig nachsüßen und in zwei Gläser gießen.

Verwendete Produkte

Ovomaltine Pulver Sachets

