

Bananenmandelbecher

von Achim Stößer (achim-stoesser.de)

- 1 Banane
- 1 T Mineralwasser
- 2 EL Mandelmus
- 3 TL Ahornsirup (oder Obstdicksaft)
- 1/2 Zitrone
- 1 Msp Zimt

- Zitrone auspressen.
- Saft mit den restlichen Zutaten im Mixer pürieren.
- Kühlen.