| AUFWAND | KOCHDAUER | SAISON | HERKUNFT |
|---|---|---|---|
| klein | 10 Min. | ganzjährig | international |

# HIMBEERFRAPPÉ



Rezept und Foto: compactcook.com

## KURZ VORGESTELLT

Frappés mit Früchten sind gesunde und schnell zubereitete Zwischenmahlzeiten. Auch als Apéro für Kleine und Grosse ideal.

## ZUTATEN (4 PERSONEN)

| | | | |
|---|---|---|---|
| 200 g | Himbeeren | 360 g | Naturjoghurt, griechisches |
| 1 | Banane | | |
| 4 Kugel | Vanilleglacé | 4 dl | Milch |
| | | 4 EL | Zucker |
| | | 1 Bd | Minze |

## ZUBEREITUNG

1. Gekühlte Zutaten in einen Mixbecher geben. Je nach Vorliebe, etwas reife Banane, frischen Ingwer oder Gewürze beigeben. Ein, zwei EL Vanilleglacé pro Glas macht das Frappé sämiger und schön kühl.
2. Im Mixer schaumig rühren. In Gläser füllen. Mit etwas Minze dekorieren.