

# Bananen Smoothie mit Buttermilch

Sahnig, cremiger Wachmacher!

**Ein leckerer Smoothie. Für dieses einfache Smoothierezept benötigt man nur wenige Zutaten. Ein leckerer, cremiger Bananen-Smoothie mit Buttermilch. Wer mag kann dieses Smoothierezept noch weiter, durch die Zugabe von Äpfeln, verfeinern. Der Drink bekommt dann etwas mehr Säure, aber auch jede Menge Vitamine.**

## Zutaten

- 1 Banane
- 1 TL Honig
- 125 ml Buttermilch
- 2 TL Crushed Ice

## Zubereitung

- Die Banane schälen und in Stücke zerschneiden.
- Alle Zutaten in den Mixer geben und gut durchmischen.
- Alles in ein Glas geben mit einem Stück Banane dekorieren und sofort servieren.



**Veröffentlicht von Gourmet Magazin**

<https://www.gourmet-magazin.de/rezepte/bananen-smoothie-mit-buttermilch/>