

## KOCHSHOW REZEPTE 2020

### Smoothie, Rhabarber!

#### Man braucht:

- 2 Stangen Rhabarber
- 1 Banane
- 2 Orangen (Saft)
- Stilles Wasser
- Ingwer frisch
- Zitronensaft
- Nach Geschmack: Holunderblütensirup, Kokosmilch, frische Erdbeeren,

#### So geht's:

Rhabarber mit der Banane, Orangensaft, Ingwer und Wasser fein mixen. Kurz ziehen lassen und je nach Geschmack und Konsistenz Kokosmilch, Zitronensaft... zugeben.