

SMOOTHIE ZUTATEN

Starte deinen Tag mit einem Vitamin Kick

SUPERFOOD

Weizengras	Matcha
Spirulina	Goji Beeren
Roh-Kakao	Datteln
Sesam	Trockenpflaumen
Leinsamen	Zimt
Zimt	Chia Samen
Nussmus	Acai Beeren

BLATTGRÜN

BLATTSALATE	Rucola
	Spinat
	Feldsalat
	Romanasalat
GEMÜSEGRÜN	Karottengrün
	Radieschengrün
	Kohlrabigrün
KOHL	Grünkohl
	Spitzkohl
	Rosenkohl
KRÄUTER	Petersilie
	Pfefferminze
	Koriander
	Basilikum



@worldtrip_family

GEMÜSE

Gurke	Rote Beete
Avocado	Sellerie
Karotte	Ingwer
Brokoli	Süßkartoffel

FLÜSSIGKEIT

Wasser	Nussmilch
Tee	Kokoswasser
Saft	Joghurt

OBST

FRÜCHTE

Apfel
Birne
Ananas
Banane
Mango
Melone
Orange
Papaya
Kiwi
Pfirsich
Feige
Weintraube

BEEREN

Erdbeeren
Himbeeren
Johannisbeeren
Stachelbeeren
Heidelbeeren