



Brazilian Smoothie

- für ca. 10 Smoothies -

Zutaten für die grüne Schicht:

10 Kiwis

40 süße, kernlose grüne Trauben

5 Hand voll Spinat

40 große Blätter Minze

Fruchtfleisch von zwei bis drei Limetten

Zutaten für die gelbe Schicht:

5 reife Mangos

500 ml Orangensaft, am besten fair gehandelt

5 kleine reife Bananen

250 ml Maracujasaft

Das kann am Tag vor der Spendenaktion vorbereitet werden:

Die frischen Früchte waschen oder schälen und in Stücke schneiden. Die grün-gelb Schichtung entsteht, da die Fruchtstücke vor dem Pürieren eingefroren werden. Ohne das Einfrieren vermischen sich die beiden Schichten - also ab damit in die Tiefkühltruhe.

Den Smoothie zubereiten:

Die geschnibbelten Früchte am Morgen oder kurze Zeit vor der Spendenaktion aus der Tiefkühltruhe nehmen. Die leicht angetauten Fruchtstücke am besten in einem Mixer vermischen. Bei kleineren Mengen ist auch ein Pürierstab ausreichend.

Den Smoothie anrichten:

Zuerst die grüne Schicht, anschließend die gelbe Schicht mit einem Löffel in ein Glas geben. Hierfür können ausgespülte Schraubgläser, zum Beispiel Marmeladengläser, verwendet werden.

Den Smoothie mit einem Zweig Minze dekorieren und gegen eine großzügige Spende abgeben.

www.misereor.de/cocktail-stop