



## Smoothie "Barry Explosion"

### **Zutaten:**

200 g Erdbeeren  
200 g Himbeeren  
200 g Sanddorn + 2 dl Wasser + 25 g Zucker  
3 dl. Minimilch 0,5% (eiskalt)  
Ca. 1 Teelöffel Vanillezucker

### **Zubereitung:**

Sanddorn und Zucker mit dem Wasser in einen Topf geben und aufkochen.

Die Masse abkühlen lassen, mittels Mixer pürieren und durch ein Sieb drücken, um die Sanddornkerne herauszutrennen.

Erdbeeren waschen, Stiele entfernen und in einem Sieb abtropfen lassen.

Himbeeren sichtprüfen, kurz abspülen und in einem Sieb abtropfen lassen. (Bei Verwendung gefrorener Himbeeren diese zuerst kochen und dann abkühlen lassen.) Evtl. durch ein Sieb drücken, um die Kerne zu entfernen.

Alle Zutaten in einen Mixer geben und bis zur gewünschten Konsistenz mixen; mit Zucker und Vanille abschmecken.

Den Smoothie eiskalt servieren.