

## Erdbeer Power Drink



30 g kalifornische Walnüsse, gehackt

1. Erdbeeren waschen, putzen und halbieren. Pfirsiche waschen, entsteinen und vierteln.
2. Alle Zutaten in einen Mixer geben und solange mixen bis die Masse gleichmäßig und schaumig ist.
3. Mit einer Scheibe Marmeladentoast servieren.

### Zutaten für zwei Portionen:

- 250 g Erdbeeren,
- 2 reife Pfirsiche
- oder zusätzlich 150 g Erdbeeren
- 250 g fettarmer Yogurt, 125 ml fettarme Milch
- 3 EL Weizen- oder Haferkleie
- 2 EL Honig