

# PERFEKTER START

## DETOXIGREEN

### Zutaten

- ½ Bund Petersilie
- 1 Handvoll Spinat
- 1 Handvoll Feldsalat
- ½ Salatgurke
- 1 Stange Staudensellerie
- ½ Avocado
- 1 Banane
- 150g TK-Mango
- Saft ½ Zitrone



**FOTO  
FOLGT**

### Zubereitung

Die Petersilie, den Spinat und Feldsalat gut abwaschen. Die Avocado entkernen und schälen. Die Salatgurke mit Schale in den Mixer geben. Die Banane ebenfalls von der Schale befreien. Dann die Zutaten in einen Mixer geben und mit ca. 200-300ml Wasser auffüllen. Alles zusammen zu Anfang vorsichtig miteinander vermengen und danach kräftig mixen. Achte darauf, dass keine Stücke mehr vorhanden sind.

**Tipp:**  
Dieses Getränk gibt dir alles für einen POWER-Tag, mit viel gesunder Energie!