

PURE ENERGIE

PINA COLADA OBSTVARIANTE

5

Zutaten

- 30g Kokosstücke
- 20g Ananas
- ½ Apfel
- ½ Banane
- Handvoll Blaubeeren
- Wahlweise: 1 EL Hanfsamen
- Wahlweise: Maulbeeren/
Goji-Beeren



**FOTO
FOLGT**

Zubereitung

Für den Obstsalat alles an Obst waschen, entkernen und würfeln. Alles zusammen gut vermengen. Wem noch etwas Kokosgeschmack fehlt kann noch 1EL Kokosraspeln hinzugeben

Tipp:
Für die Ananas reicht diese auch ohne Zucker aus der Dose (der Ananassaft eignet sich prima als Dressing).