

Heute gemeinsam probiert –
vielleicht bald zu Hause
genießen?

Rezept für ca. 4 Personen:

- ✓ ca. 500 ml gekühlter Naturjoghurt oder vegane Alternative
- ✓ 2–3 gefrorene Bananen (in Stücken eingefroren)
- ✓ ca. 200 g gefrorene Früchte (z. B. Blaubeeren, Himbeeren, Erdbeeren)
- ✓ 1–2 EL Honig oder Agavendicksaft oder anderes Süßungsmittel, nach Geschmack

Topping-Ideen:

Minzblätter, Streusel,
Frucht- oder Schokosoße,
Sahne, Kekse, frische Früchte,
Fruchtgummi

*Manchmal ist das Leben einfach:
etwas Obst, etwas Joghurt,
ein Lächeln.“*

*Ein Löffel
Sommerfreude:
kühl, cremig, köstlich
mit Liebe gemacht*



Wir haben gemeinsam
eine Sommererfrischung zubereitet.
Ein Genuss für alle Sinne!

*Genuss ist ein kleines Stück
Lebensfreude.*