

Bananen-Smoothie-Bowl

Ein schneller Smoothie mit Bananen und Kakaonibs. Ganz einfach gemacht schmeckt der Smoothie nicht nur zum Frühstück.

etwa 4 Portionen  gelingt leicht  bis 20 Minuten



Zutaten:

Smoothie-Bowl:

4 reife Bananen
3 EL Mandelmus
80 g Haferflocken
3 EL brauner Zucker
2 TL Dr. Oetker NATÜRLich Kakaonibs
250 - 300 ml Mandeldrink
1 TL Dr. Oetker Kakao

Topping:

1 EL brauner Zucker
2 TL Dr. Oetker NATÜRLich Kakaonibs
ganze Mandeln mit Schale
Honig oder Ahornsirup
Mandelmus
Haferflocken
gemahlener Zimt

Wie bereite ich eine Smoothie-Bowl mit Bananen zu?:

1 Smoothie-Bowl zubereiten:

Bananen schälen und in Scheiben schneiden, einige Scheiben für das Topping beiseitelegen. Bananen zusammen mit dem Mandelmus, den Haferflocken, dem braunem Zucker, den Kakaonibs, dem Mandeldrink und Kakao in einen Standmixer geben und fein pürieren. Den Smoothie in Schalen füllen.

2 Topping:

Die Bananen-Smoothie-Bowl mit den beiseitegelegten Bananenscheiben und den restlichen Zutaten für das Topping garnieren.