



**Gesamtzeit:** 10 min

**Schwierigkeitsgrad:** einfach

**Portionen:** 1 Personen

## Mango Smoothie Bowl

### Für die Bowl:

1 reife Mango (geschält und in Stücke geschnitten, gefroren)

1 gefrorene Banane

100 ml Rinatura Kokosnussmilch Bio

2 Spritzer Rinatura Limetten Fix Bio

1 Teelöffel Rinatura Dattelsirup Bio

### Toppings (nach Wahl):

Frische Mango- oder Bananenscheiben

Gehackte Nüsse

Kokosraspeln

Rinatura Chiasamen Bio

Minzblätter

Beeren

### Mango Smoothie Bowl

1.

Mango, Banane, Kokosmilch, Limettensaft und ggf.

Dattelsirup in einem Mixer cremig pürieren. Wenn es zu dick ist, etwas mehr Flüssigkeit hinzufügen – aber es soll löffelbar bleiben!

Die cremige Masse in eine Schüssel geben. Mit den gewünschten Toppings garnieren.