DENNER

Açaí-Bowl mit Kokos – done in 60 seconds



Açaí-Bowls überall! Der Trendfood ist mit seinen gesunden Toppings nicht nur ein Gaumen-, sondern auch ein Augenschmaus – und diesmal sogar in weniger als 60 Sekunden fertig.

Die Açaí-Beere trägt das Prädikat «Superfood» und wird meist gefroren oder in Form von Pulver verwendet. Super sind nicht nur ihre vielen gesunden Inhaltsstoffe, sondern mit den richtigen Komponenten kombiniert auch ihr Geschmack. Beim Topping kann man sich richtig austoben: Nüsse, Erdnussbutter, Beeren, Kakao-Nibs und vieles mehr machen eine Açaí-Bowl zum Erlebnis.

- 1 gefrorenes Açaí-Pad à 100 g
- 1 Banane, gefroren oder frisch (je nach gewünschter Konsistenz)
- 50 g gefrorene Beeren
- 100 g Kokosjoghurt
- ½ Mango, gefroren, in Stücken
- Agavendicksaft
- Toppings nach Belieben

1. Mit dem Mixer alle Zutaten zu einer cremigen Masse pürieren.
2. Nach Geschmack toppen.

Tipp

Um Gefrorenes zu zerkleinern, braucht es einen qualitativ guten Mixer, minderwertige Mixgeräte können kaputtgehen.