

# Feiner Bratapfel-Smoothie

## Zutaten für 6 Portionen

Bild: © mizina - adobe.stock.com



- 4 Äpfel geschält, ohne Kerngehäuse
- 2 EL Butter
- 2 TL brauner Zucker
- 4 EL Haferflocken
- 200 g Joghurt 1 %
- ½ TL Ingwer
- Wasser
- Zimt

## Zubereitung

Butter in einer Pfanne erhitzen und einen der Äpfel mit etwas Zimt und braunem Zucker anbraten bis der Zucker zu karamellisieren beginnt. Den Bratapfel und den rohen Apfel mit Haferflocken und Joghurt in den Mixer geben und auf höchster Stufe cremig mixen. Am Schluss mit einem Hauch Ingwer und etwas Zimt abschmecken. Wenn der Smoothie flüssiger sein soll, etwas Wasser, Milch bzw. Apfelsaft zugeben.

*Lassen Sie es sich schmecken!*

