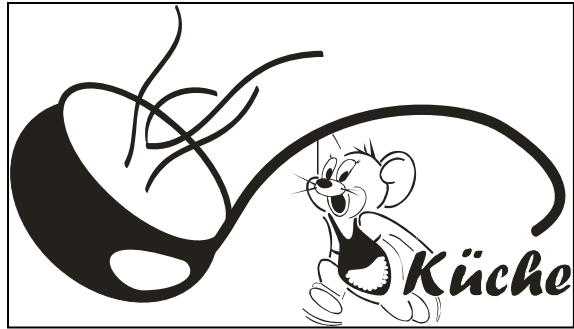


Kefir-Power-Drink



Zutaten: für 4 Kinder

500 ml Kefir
2 Bananen
3 Pfirsiche
 (auch andere Obstsorten möglich)
 Zucker nach Geschmack

Zubereitung:

Das Obst waschen bzw. schälen.

Mit dem Kefir in eine hohe Rührschüssel geben und mit dem Pürierstab pürieren.

Eventuell leicht süßen und in einem Glas mit Trinkstäbchen servieren.