

REZEPT FÜR PIÑA COLADA-SHAKE | SWEETFAMILY



PIÑA COLADA-SHAKE

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für 1 Glas | 5 Min.

ZUTATEN

200 ml	Milch
1 Handvoll	Crushed ice
1-2 EL	Piña Colada-Konfitüre (siehe Tipp)
nach Belieben	SweetFamily Roh-Rohrzucker

ZUBEREITUNG

201

Kcal

pro Glas ca.

7

Gramm

Eiweiß

24

Gramm

Kohlenhydrate

8

Gramm

Fett

1. Milch, Crushed ice und Konfitüre im Smoothiemaker oder mit dem Pürierstab kurz aufmixen. In ein Glas gießen und nach Belieben mit etwas Rohrzucker dekorieren.

Tipp:

Die [Piña Colada-Konfitüre](#) kannst du nach unserem Rezept selbst machen.