

Grüner Beeren - Salat

- ✓ 200 g Erdbeeren
- ✓ 100 g Blaubeeren
- ✓ 1 große Hand voll Blattsalat
- ✓ Saft von einer Orange

Schneide die Erdbeeren in mundgerechte Stücke.

Zerpflücke oder schneide den Salat klein. Vermische alle

Zutaten vorsichtig und gebe den Orangensaft darüber.



Beeren schützen unsere Zellen vor oxidativen Stress, was uns auf dem Weg zum Wunschgewicht immens hilfreich ist.