Frühstücks-Smoothie mit Erdbeeren

Ein einfacher, veganer high-carb Smoothie ohne Milch. 200-400kcal.

***Zutaten***

-180ml Hafermilch

-120g Erdbeeren

-1 Banane

-2 EL Haferflocken

-1 TL Honig

-Vanillepulver nach belieben

***Zubereitung***

Schäle die Banane. Wasch die Erdbeeren und entferne den Stiel. Vermixe das Obst mit den restlichen Zutaten.