

Smoothie à la Marocaine

Zutaten:

1	Reife Banane*
1 Essl	Quark
Gut 1 Essl	Joghurt
1	Reife Feige (oder 2Trockenfeigen*)
3	Getrocknete Datteln*
1 Essl	Gemahlene Mandeln (oder ganze Mandeln*, im Mixer zerkleinert)
2 Messerspitzen	Zimt*
1 Essl	Honig*
1 Messerspitze	Pfeffer*
1/2 l	Milch

Die Zutaten mit * gibt es bei uns im Weltladen



Zubereitung:

Datteln und Feigen fein schneiden; mit den anderen Zutaten im Mixer fein zerkleinern.

Mixer weiter laufen lassen. Langsam mit Milch auffüllen.

In hohen Tassen mit Orangenspalten (mit 2-3 Nelken* gespickt) am Gefäßrand servieren.

Wer mag, kann noch ein paar Eiswürfel dazu geben und den Rand mit etwas Zimtpulver verzieren.

Von einer Mitarbeiterin, die von ihrem erlebnisreichen Aufenthalt in Marokko zu diesem Drink inspiriert wurde