

## Mangocktail

### Was ihr braucht:

- 1 Mango
- 100 g blütenzarte Köllnflocken
- 250 ml Buttermilch
- 250 ml Multivitaminsaft

### Zubereitung:

Mango schälen, Kern entfernen und Fruchtfleisch pürieren. Blütenzarte Köllnflocken, Buttermilch sowie Saft dazugeben und alles im Mixer aufschlagen.

Die Zutaten reichen für vier Gläser und ihr seid in circa 15 Minuten mit der Zubereitung fertig!

