



>> OKTOBER-BEEREN



250 g gemischte Tiefkühl-Beeren

1 Vanillejoghurt

250 ml Milch

Einige Blätter Zitronenmelisse

Die Beeren zusammen mit dem Joghurt, der Milch und den Zitronenmelisseblättern in einen elektrischen Mixer geben und alles gut durchmischen.

Tipp: Einzelne schöne Beeren auf dem Drink verteilen.

>> ENGLISCHER HERBST



60 ml kalter Schwarztee

30 ml Orangensaft

10 ml Limettensaft

10 ml Grenadine

Alle Zutaten im Shaker
durchmixen und in ein mit
Eiswürfeln befülltes Glas
geben.

Tipp: Richtig „English“ wird's
mit ein paar englischen
Cookies als Dessert.

