

INHALT

TIPPS UND EXTRAS

Umschlagklappe vorne:

Frisch aus dem Obstgarten

4 So smooth ...

64 Smoothie-Trifle

Umschlagklappe hinten:

Kunst am Glas

Pikante Smoothies

6 DIE FRUCHTIGEN

8 Frühlingserwachen

10 Rote Vitaminbombe

12 Ananas-Kiwi-Smoothie

12 Pfirsich-Mango-Smoothie

13 Ananas-Erdbeer-Smoothie

13 Kaki-Möhren-Smoothie

14 Grashopper mit Melone

15 Anavokanilla mit Vanilleeis

16 Tropical Smoothie

17 Holler-Birnen-Smoothie

18 Sultans Delight

20 Citronello Sorbet

21 White Dragon

- 22 Pink Meliberry
- 23 Melonen-Pfirsich-Smoothie
- 23 Aprikosen-Smoothie

24- DIE CREMIGEN

- 26 Frühstückssmoothie
- 28 Beerenwölkchen
- 29 Süßes Mandelchen
- 30 Papacoco Cream
- 31 Melba-Smoothie
- 32 Blueberry Sky
- 34 Rhabarbarpapa
- 36 Kirsch-Schoko-Smoothie
- 37 Aprikosen-Swirl
- 38 Bananen-Safran-Lassi
- 40 Papaya-Kokos-Smoothie
- 40 Ananas-Kokos-Smoothie
- 41 Kibana-Soja-Smoothie
- 41 Mandelmilch-Smoothie
- 42 Bratapfel-Smoothie
- 45 Feigen-Walnuss-Smoothie
- 46 Spicy Orange
- 47 Smoothie provençal

48 DIE AUSGEFALLENEN

- 50 Peggy Peanut
- 52 Popeyes Liebling
- 53 Mister Mintzz
- 54 Papa Tomtom
- 55 Yellow Submarine
- 56 Herbststurm
- 56 Bitter-Melon
- 57 Miss Saigon
- 57 Lucky Litschi
- 58 Kumkoko Dream
- 59 Rotkäppchen

- 60 Register
- 62 Impressum