

# **SMOOOTHE-ALARM**

Seite 6–19

# *Iss dich glücklich!*

Seite 20–39

# **SUPER SÜSS**

Seite 40–61

# **REGISTER**

Seite 62/63

**TROPIC-SMOOTHIE**

**9**

**GRÜNKOHLDINK**

**10**

**ICED MATCHA**

**13**

**MANGO-AVOCADO-SMOOTHIE**

**15**

**SMOOTHIE-BOWL MIT BEEREN**

**16**

**SELBST GEMACHTER MANDELDINK**

**19**