



Für die Kleinen (und die Großen ;)

# Himbeermilch



## Zutaten

500 g frische Himbeeren,  
3 EL Honig, 1 Liter eiskalte Milch

## Zubereitung

Himbeeren waschen und trocken tupfen. Die Hälfte der Himbeeren mit Honig und Milch pürieren (Standmixer, Pürierstab etc.). Restliche Himbeeren auf die Gläser verteilen und mit der Himbeermilch auffüllen.

Himbeeren haben einen hohen Gehalt an Vitamin C und B-Komplex. Dieser stärkt das Immunsystem und sorgt für ein schönes Hautbild.