**Smoothie met bosbessen en rode bieten**

Voor 2 personen

Bereiding: 15 min

Gemakkelijk

2,5 dl Spelt DreamTM

75 g gekookte bieten, geschild en in blokjes

1 banaan, in schijfjes gesneden, ingevroren

100 g bosbessen

sap en geraspte schil van 1 sinaasappel

het hart van een paksoy, in stukken gescheurd

1 tl chia zaden

1 handje ijsblokjes

Garnituur:

lijnzaad

1. Giet het speltdrankje in een blender.
2. Voeg de rode bieten, de bananen, de bosbessen, het sap en de geraspte schil van de sinaasappel toe. Pureer de bieten en de vruchten. Voeg geleidelijk de paksoi en de chiazaden toe. Blend opnieuw, eerst op lage snelheid en verhoog dan geleidelijk de snelheid totdat de bladeren volledig zijn verpulverd en zich met het fruit hebben vermengd. Voeg de ijsblokjes toe. Mix opnieuw totdat de ijsblokjes verbrijzeld zijn.
3. Verdeel over de glazen.

Variatietip:

Vervang de Spelt DreamTM door Oat Dream® of Rice Dream® Original.