

Birnen-Dattel-Milchshake

2 Birnen
20 Datteln
600 ml frische Storchenmilch
2 EL Zitronensaft
1 Prise gemahlene Nelken

Die Birne schälen und in Stücke schneiden. Die Kerne aus den Datteln lösen. Milch mit Obst und Zitronensaft mit dem Pürierstab oder im Mixer pürieren. In Gläser füllen und mit gemahlene Nelken bestäuben.

Tipp

Milch mit Kiwi oder Ananas schmeckt nach einiger Zeit bitter, deshalb Shakes mit diesen Früchten sofort trinken.