

GESUNDE ZÄHNE

# NEWSLETTER

Ausgabe 3 | Februar 2011

**WASSER:** Das wichtigste und beste Getränk!

Und zur Abwechslung einmal einen

## ANANAS JOGHURT DRINK

Ein idealer Frühstücks-Drink mit Ananas, Apfel, Karotte oder Waldbeeren und frischem cremigen Joghurt! Dieser Ananas Drink schmeckt fruchtig vollmundig und ist eine wertvolle Frühstücksergänzung. Wer dazu noch Müsli oder Vollkornbrot mit Frischkäse serviert, hat ein richtig vollwertiges Frühstück am Tisch stehen.

### Zubereitung:

- die Karotten putzen, den Apfel waschen.
- beides im Entsafter entsaften
- eine halbe frische Ananas ebenfalls auf kleinster Stufe vorsichtig entsaften
- den frisch entsafteten Fruchtsaft mit dem cremigen Joghurt verrühren und servieren.

