Karotten-Ingwer-Smoothie

Zutaten für 2 Personen

20 g Ingwer	schälen und fein in einen Mixer reiben
380 g Bananen	grob schneiden und zusammen mit
300 ml Karottensaft	
150 g Sahnejoghurt	und
100 g Crushed Ice	ebenfalls in den Mixer geben. Alles fein pürieren und mit
Zitronensaft	abschmecken.