

# Milchshake

200g	Saisonfrüchte	waschen, in kleine Stücke schneiden, eventuell Steine oder Kerngehäuse entfernen, in Massbecher geben
1 EL	Zitronensaft	
1 – 2 EL	Zucker	
6 dl	Milch	beifügen, mixen, sofort servieren

## Tipp:

- Anstelle von Früchten und Zitronensaft 4 EL Sofortkaffee oder Schokoladetränk verwenden.
- 200g Vanilleglace oder Fruchtglace vor dem mixen begeben. So entsteht ein Frappee

