

Fruchtig, mild ...

Milchshake "Sweet Dream"

Zubereitungszeit:

ca. 10 Minuten

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für drei Gläser:

- 600 ml Milch, alternativ Hafer- oder Reismilch
- 6 Marillen/Aprikosen, ca. 300 g
- 2 Kugeln Vanilleeis
- 1 Zuckermelone, ca. 400 g
- 3 EL Honig oder Ahornsirup

Zubereitung:

Marillen entkernen und in Stücke schneiden. Melone halbieren, Kerne entfernen. Fruchtfleisch einer Melonenhälfte in feine Stücke schneiden. Zweite Hälfte für Garnitur in Spalten schneiden. Vanilleeis, Marillen/Aprikosen, Melonenstücke, Milch und Honig/Ahornsirup fein pürieren (z. B. mit Pürierstab oder [im Mixer](#)*) und in ein vorgekühltes Glas geben. Garnitur mit Melonenspalten. Sofort servieren und genießen.

Prost!

(c) Histamin-Pirat