



**TOTAL
LOKAL**
DIE 100 % NRW-ERNÄHRUNG

Nimm dies - statt das!

Nimm, was die
Region
dir bietet!



DEINE EINKAUFLISTE

150 g Aprikosen

100 g Blaubeeren

250 g Naturjoghurt

Honig



8. Dein NRW- Aprikosen-Smoothie!

Aprikosen und Blaubeeren waschen, Aprikosen entkernen, alles mit Honig fein pürieren.

Joghurt und Mineralwasser hinzufügen und kurz aufschäumen.

Rezept hier



Hier gibt es mehr
TOTAL LOKAL: landservice.de