

Smoothie aux fruits des champs |

Recette pour 4 personnes

Description

Une boisson fraîche et nourrissante.

Ingrédients

Smoothie

- 250 Ml Lait
- 1 Unité(s) Pomme cortland
- 250 Gr Petits fruits congelés
- 300 Ml Jus d'orange

Finition

- 2 Unité(s) Fraise(s)
- 8 Unité(s) Framboises
- 4 Feuille(s) Menthe

Préparation

- Temps de préparation **5 mins**

Méthode

Mettez tous les ingrédients dans votre bol de blender, mixez et assurez-vous d'un mélange homogène, servez aussitôt. Finalisez votre smoothie avec une brochette de 2 framboise et une demi fraise fraîche.

Posez une feuille de menthe.

Bon appétit!