

Smoothie rose de Sofia



Ingrédients et matériel:

- 600 g de framboises (surgelées)
- 300 g de fraises (surgelées)
- 1 banane
- 4 c. à s. de jus de citron
- 100 ml de jus de pomme (trouble)
- un mixer/ un mixeur plongeant

Recette:

1. Éplucher la banane et la couper en morceaux.
2. Mettre les framboises, les fraises et le jus de citron dans le récipient du mixeur et réduire le tout en purée.
3. Ajouter les morceaux de banane et le jus de pomme et mixer le tout une nouvelle fois.

Et voilà qui est fait: le smoothie rose de Sofia est prêt à être dégusté !

