



SMOOTHIE VERT

Ingrédients

Pour 2 smoothies

1 kiwi

1 concombre

1 pomme

1 càc de jus de citron
vert

1 poire

1 banane

Étapes

- 1.** Épluchez et coupez en morceaux tous les ingrédients.
- 2.** Placez tous les fruits et le légume dans un blender et mixez jusqu'à l'obtention d'une texture lisse et onctueuse.
- 3.** Dégustez votre smoothie vert.