

Smoothie Ananas, banane, citron

Recette pour 4

Description

Une boisson fraîche et nourrissante.

Ingrédients

Smoothie

- 250 Ml Eau
- 1 Unité(s) Rondelles de bananes congelées
- 220 Gr Ananas
- 1 Cuil. à soupe Gingembre frais
- 1 Unité(s) Jus de citron
- 1 Unité(s) Jus de lime
- 1 Pincée(s) Poivre de cayenne
- 1 Pincée(s) Fève tonka

Préparation

- Temps de préparation **15.00 mins**

Smoothie

Mettez tous les ingrédients dans votre bol de blender, mixez et assurez-vous d'un mélange homogène, servez aussitôt.

Bon appétit!