



<http://cuisine.acidulee.com>

Catégorie : Divers

Smoothie framboise, pomme verte, citron vert

Ingrédients pour 2 personnes pour un demi-litre de smoothie

- 1 betterave cuite
- 200 gr de framboises fraîches ou congelées
- 2 pommes vertes
- 1 citron vert
- quelques glaçons

Temps de préparation

- 10 minutes

Coût

- Une recette économique
-

Préparation

- Couper grossièrement la betterave et la placer dans un blender ou smoothie maker ou robot mixeur.
- Presser le citron vert.
- Laver et couper les pommes en morceaux et retirer les trognons. Retirer également la peau si elles ne sont pas bio.
- Ajouter les framboises, les morceaux de pommes vertes, les glaçons et le jus de citron dans le blender, et mixer.
- Verser le smoothie dans deux verres et ajouter une framboise et une paille pour la déco.

Acidulée vous souhaite bon appétit !