



Smoothie

Ingrédients

1 banane
6 cs de yaourt
1 ddl de jus de pomme et de fraise
1 cc de poudre de camu camu
fraises séchées
éclats de cacao

Banane & fraise

Préparation

1. Mixez une petite banane avec 6 cs de yaourt et 1 dl de jus de pomme et de fraise.
2. Ajoutez 1 cc de poudre de camu camu et/ou de poudre de baobab et mixez le tout jusqu'à l'obtention d'un mélange crémeux.
3. Ajoutez ensuite quelques fraises séchées et mixez brièvement le tout jusqu'à ce que vous voyez apparaître des petits points rouges dans le mélange.
4. Versez le smoothie dans un verre et terminez avec quelques éclats de cacao.

Plus de recettes?

Visitez www.purasana.be ou acheter notre livre **Become A Super Food Chef**.