



Ingrédients

- 150 g de baies mélangées
- 1/2 banane gelée
- 3 cs de crème d'amande
ou éventuellement de crème fraîche
- 1 cs de sirop d'agave
ou de sucre de fleur de coco
- 1 cc de poudre de baies d'açaï

Super baies soft & creamy

Préparation

1. Lavez les baies et coupez la banane gelée en fines tranches. Arrosez les fruits avec la crème d'amande ou la crème fraîche.
2. Terminez avec la poudre de baies d'açaï et ajoutez, à votre goût, du sirop d'agave ou du sucre de fleur de coco.
3. Ce plat regorge d'antioxydants, la poudre de baies d'açaï favorise la combustion des graisses et la crème d'amande nourrit et apporte des acides gras essentiels.
4. La banane gelée assure que ce lunch homemade reste bien frais.

Plus de recettes?

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