

SMOOTHIE FRAISES - BANANES - POMMES - POIRES



Ingrédients :

2 bananes
1 pomme
1 poire
15 fraises
200 ml de lait

Préparation :

Laver les fraises

Épluchez et coupez tout vos fruits.

Mettez tous les fruits, le lait dans le blinder et mixer le tout

Servir frais dans un grand verre.