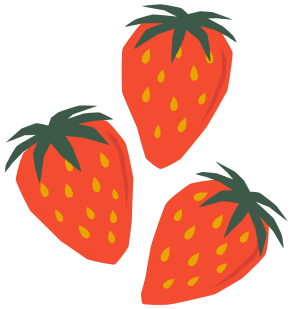
TerrAttitude

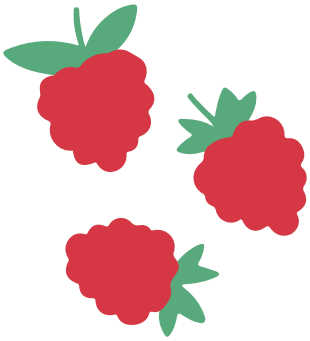
Smoothie tout doux aux fraises et framboises

INGRÉDIENTS :

1 tasse de lait d'amande



1 tasse de fraises fraîches ou congelées



1/2 tasse de framboises fraîches ou congelées

1 à 2 cuillères à soupe de miel ou sirop d'agave (facultatif, pour plus de douceur)

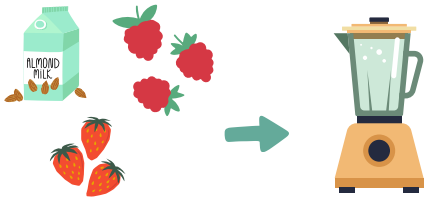
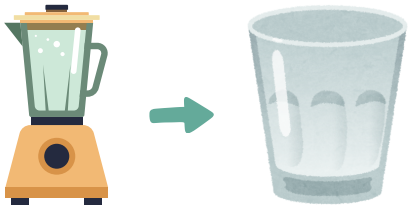
USTENSILES :

1 blender

1 cuillère à soupe

1 verre

TerrAttitude

1		Dans un blender, ajoutez le lait d'amande, les fraises et les framboises.
2		Mixez jusqu'à obtenir une texture lisse et crémeuse. Si le smoothie est trop épais, ajoutez un peu plus de lait d'amande jusqu'à obtenir la consistance désirée.
3		Si vous souhaitez plus de douceur, ajoutez un peu de miel ou de sirop d'agave et mixez à nouveau.
4		Versez dans un verre et savourez ce smoothie doux et fruité !

Un smoothie tout doux, parfait pour démarrer la journée ou comme goûter frais !