

Recette : SMOOTHIES TOMATES, MENTHE ET CITRON !



SMOOTHIES TOMATES, MENTHE ET CITRON !

Boissons

INGRÉDIENTS

2 tomates
1 citron
Quelques feuilles de menthe fraîche
1 yaourt

PRÉPARATION

1. Laver les tomates et égoutter-les.
2. Tailler grossièrement les tomates.
3. Presser le citron.
4. Mettre les tomates, le yaourt, les feuilles de menthe ainsi que le jus de citron dans le Blender.
5. Mixer jusqu'à l'obtention de la texture souhaitée.

Un Conseil ?

À déguster aussitôt.

 <p>1 PERSONNE</p>	Préparation : -10 minutes
 <p>La Cuisine des Campagnards !</p>	C'est à vous de jouer !