

Recette : SMOOTHIE CONCOMBRE, KIWI ET RAISIN !

Boissons



SMOOTHIE CONCOMBRE, KIWI ET RAISIN !

INGRÉDIENTS

1 kiwi
1/2 concombre
5 centilitres de jus de raisin blanc (maison si possible)

PRÉPARATION

1. Laver le concombre et le couper en petits morceaux (veiller à bien le nettoyer, car il faut conserver la peau).
2. Mixer le concombre avec 10 centilitres d'eau.
3. Filtrer la préparation à l'aide d'une passoire fine.
4. Déposer le kiwi pelé et couper en morceaux le bol du mixeur.
5. Ajouter le jus de concombre et le jus de raisin.
6. Mixer le tout.

Un Conseil ?

À déguster aussitôt.



C'est à vous de jouer !