



Recette smoothie au yaourt & banane

Ingrédients

- 1 Activia saveur pamplemousse
- 1 banane pas trop mûre
- 1 petit verre de lait écrémé
- Glaçons

Préparation

- Mettez tous les ingrédients dans le blender, en finissant par le lait.
- Mixez pendant 30 secondes (au minimum) à forte puissance.
- Une fois les glaçons broyés, versez le mélange dans un grand verre et dégustez !

Bon appétit !