

Smoothie ananas-banane

Pour 2 verres

Préparation : 2 min

Ingrédients :

- 1 banane
- Ananas (le même poids que la banane)
- 1 verre d'eau



Ustensiles spécifiques : un blender et deux verres.

www.lesdelicesabelle.fr

Réalisation :

- Peler la banane, la découper en rondelles dans le blender.
- Peler l'ananas et couper le même poids en petits morceaux.
- Mixeur l'ensemble au blender avec l'eau.
- Ajouter un ou deux glaçons pour rafraîchir la boisson (facultatif).

Bon smoothie !