



Smoothie aux Myrtilles



INGRÉDIENTS :

- ½ tasse (120 ml) de myrtilles Bio
- 1-2 c. à soupe de poudre de maca
- 1-2 bananes Bio
- 1 tasse (250 ml) de lait d'amande
- 1-2 c. à café de cannelle
- 1-2 c. à café d'extrait de vanille
- ½ tasse de glaçons ou glace pilée



Mélangez les myrtilles, la poudre de maca, les bananes et le lait d'amande dans un mélangeur.
Mélangez jusqu'à consistance lisse. Au besoin, ajoutez plus de lait d'amande ou d'eau pour obtenir une consistance lisse.
Saupoudrez de cannelle et d'extrait de vanille et mélanger à nouveau.
Goûtez le smoothie et ajoutez plus de cannelle et/ou d'extrait de vanille comme désiré.
Dégustez !



Toutes nos recettes sur www.savibio.fr

