

Milkshake banane-fraise

Temps de préparation: 10 minutes

Ingrédients

pour 4 personnes

- 1 banane
- 125 ml de lait (végétal ou non) ou 6 cuillères à soupe de fromage blanc
- 100g de fraise
- 2 glaçons



Préparation

- Lavez et coupez les fraises en morceaux
- Epluchez la banane et coupez-la en rondelles
- Mixer les glaçons, la banane et les fraises pendant 1 minute
- Ajoutez le produit laitier et mixez le tout pendant 1 minute
- Réservez au réfrigérateur avant de déguster

SAVOUREZ !



Fruits et légumes

