

Smoothie vert

Ingrédients pour 1 portion

- 1 banane
- 1 poignée d'épinard frais
- 1 kiwi
- 200ml de lait



Préparation

- Dans un blender mixer la banane, le kiwi, les épinard frais et le lait jusqu'à obtenir une texture lisse
- Mettre le tout dans un grand verre et régalez vous !