



Les smoothies au kaki

Recette pour 2 personnes. Préparation : 5 min. Pas de cuisson.

Ingrédients

1 kaki
2 yaourts veloutés brassés
30 g de cassonade

Matériel

un mixer
un couteau



Réalisation

1. Laver le kaki, l'essuyer, et le couper en petits cubes. Placer ceux-ci dans le bol du mixer.
2. Incorporer les 2 yaourts et la cassonade.
3. Mixer longuement à forte puissance.
- si c'est l'été, vous pouvez aussi incorporer quelques glaçons que le mixera pilera finement afin de rendre ce smoothie encore plus rafraîchissant –
4. Servir aussitôt ou mettre au frais jusqu'au moment de la dégustation.

Pure gourmandise

La gourmandise est un joli défaut.

www.PureGourmandise.com