



Ananas, gingembre, épinards et banane



Temps de préparation

< 30 min



Difficulté

Facile



Ingrédients

1 décilitre de boisson à base d'amandes
1 banane (mûre)
1 orange (pelée)
mangue (la chair)
1 cuillerée à thé de curcuma en poudre

Méthode de préparation

- 1.** Mettez tous les ingrédients dans le blender et mixez jusqu'à obtention d'une texture lisse. Dégustez directement.