Smoothie aux fruits frais

Temps de préparation: 5-10 min.
Temps de cuisson: aucun
Portions: pour 1 bol

Ingrédients:

- 1 cuillère à soupe de NESQUIK® en poudre
- Un demi-bol de yaourt à la vanille allégé
- 4 fraises
- ¼ bol de myrtilles (qui peut être remplacé par un autre fruit)
- ½ de banane (tranchée)
- ¼ bol de muesli Pour les garnitures : le reste de la banane et quelques myrtilles.

Préparation:

1. Remplissez chaque bol de muesli pour ¼.
2. Mélangez le yaourt et les fruits dans un mixeur. Ajoutez ceci à votre bol.
3. Décorez votre bol avec le reste de la banane et des myrtilles.
4. A vos cuillères, prêts, allez-y !

Conseil:

- Vous pouvez toujours ajouter des fruits supplémentaires si vous le souhaitez.
- Vous pouvez remplacer le yaourt par du lait ou une boisson végétale.