



Smoothie  
VITAMINÉ

*Pour 2 personnes*

1 banane  
2 oranges  
1 pomme

Pressez les oranges, et réservez le jus.  
Nettoyer, épluchez la pomme  
et coupez-la en morceaux.  
Epluchez la banane et détaillez-la  
en petites tranches.  
Mettez le tout dans le blender et mixez.

