

Nom de la boutique

RECETTE DE SMOOTHIE KETO FRAMBOISES-AVOCAT

Pour 1
smoothie :

G:
3,5

L:
12

P:
3,5



Quand la bête rencontre la belle !

Ingédients :

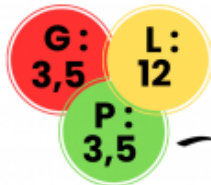
Pour 2 smoothies

- 100 g de framboises
- 1/2 avocat mûr
- 240 ml de **lait d'amande non sucré Amandina***
- 1 càs de jus de citron frais
- 3 càs de **Sukrin Gold***
(érythritol roux)
- Quelques glaçons

*Les produits en gras sont disponibles sur www.deliceslowcarb.com

MY
KETO
HELP

Pour 1
smoothie :



Smoothie keto framboises- avocat

Pour 2 smoothies

Étapes :

1. Dans un mixeur, déposez les framboises, l'avocat coué en morceaux, le lait d'amande sans sucre , le jus de citron et l'érythritol
2. Mixez tous les ingrédients jusqu'à obtenir une consistance lisse et crémeuse
3. Ajoutez quelques glaçons et 30 ml d'eau si vous souhaitez une consistance plus liquide
4. Versez la préparation dans 2 verres et décorez-les avec quelques framboises :)