



*Boissons sans alcool*  
**Smoothie à la fraise**



**10 min 10 min**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

**0**

CUISSON

**0**

REPOS

**41**

CALORIES

Ingrédients  
pour **4** personnes

300 g **Fraise**

1 **Yaourt**

5 **Glaçon(s)**

**Étape 1**

Préparation du smoothie

- 1** Mettre les glaçons dans le blender et les piler grossièrement (fonction crush).
- 2** Laver les fraises en les passant sous l'eau et les équeuter.
- 3** Mettre les fraises dans le blender et ajouter le yaourt.

**Étape 2**

Dressage

- 1** Mixer jusqu'à l'obtention d'une texture onctueuse et servir immédiatement.