



Boissons sans alcool

Milkshake à la fraise



10 min 10 min

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

0

CUISSON

0

REPOS

80

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

300 g **Fraise**
500 ml **Lait demi-écrémé**
4 **Glaçon(s)**

Étape 1

Préparation du Milkshake

- 1 Laver et équeuter les fraises.
- 2 Les passer rapidement sous l'eau afin qu'elles ne soient pas détrempées.
- 3 Les couper en deux.
- 4 Mettre les glaçons dans le blender et les piler.
- 5 Ajouter la fraises et le lait, mixer.

Étape 2

Dressage

- 1 Plus on mixe longtemps, plus la consistance sera mousseuse.
- 2 Servir immédiatement.