

Smoothie myrtille-orange-coco

Pour 1 ou 2 verre(s)

Le jus d'une orange

1 bonne poignée de myrtilles surgelées

1 yaourt onctueux

1 cuil à soupe de poudre de coco

On ne va pas tourner autour du pot, on met tout dans le blender, mixer... on met l'appareil en route et quand le mélange à pris un aspect onctueux on verse dans un ou 2 verre(s), une paille et ça rafraichit.

C'est vite fait, pas fatigant, mais pourquoi j'ai attendu si longtemps ??