

Smoothie à l'ananas...

Pour 400ml

(soit 1 verre comme sur la photo ou 2 plus petits)

250g de chair d'ananas

1 banane

50ml de jus de citron vert

1 pointe de poudre de vanille

Coupez les fruits en morceaux puis mixez-les avec le jus de citron et la poudre de vanille.

Placez au frais pendant 1 heure ou ajoutez des glaçons.

Choisissez votre place au soleil (n'oubliez pas l'écran total et la casquette), un bon bouquin, quelques biscuits et savourez une pause bien méritée.