

Pour 2 personnes

# Smoothie Fruits Rouges



1 Lavez les fruits et coupez-les grossièrement.

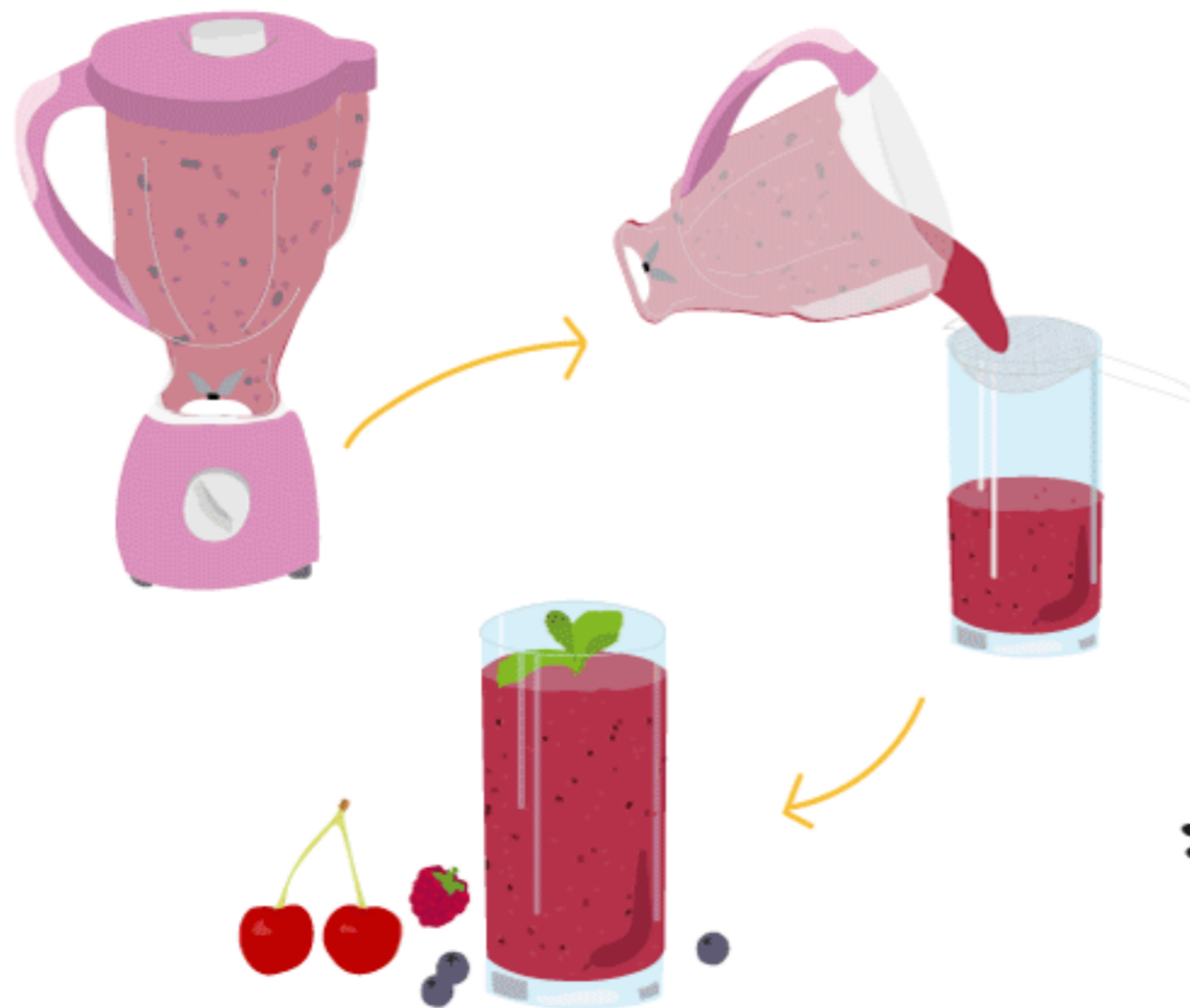


300 g de fruits rouges  
(Myrtilles, cerises, framboises, mûres, fraises etc.)

2 Dans un mixeur, versez un pot de yaourt, les fruits, le miel et les glaçons.



3 Servez très frais dans des grands verres !



**IDÉE**  
Pour plus de légèreté,  
vous pouvez remplacer  
le yaourt par un  
verre d'eau.

