

SMOOTHIE EXOTIQUE



INGRÉDIENTS POUR UN VERRE

- 50 g de mangue bien mûre
- 75 g de banane mûre
- 100 mL de **SNO-PRO Loprofin**
- 1 sachet de **PKU ANAMIX JUNIOR Orange**
- 1/2 jus de citron vert



PRÉPARATION

1. Couper la mangue en petits morceaux.
2. Mettre tous les ingrédients dans un blender et mixer jusqu'à ce que le mélange soit lisse et épais.
3. Conserver au réfrigérateur et déguster dans les 24 heures.

ASTUCE

Pour obtenir un smoothie vraiment rafraîchissant, utiliser des fruits congelés ou ajouter quelques glaçons.

POUR LA RECETTE

381
kcal

VALEUR
ÉNERGÉTIQUE

11,4
g

ÉQUIVALENT
PROTIDIQUE

41,4
mg

QUANTITÉ DE PHE

2
parts

Attention ces valeurs ne prennent pas en compte les ingrédients de l'Astuce.

Cette recette est à prendre dans le cadre d'une alimentation variée.

