

Smoothie carotte orange banane



4



10 minutes



Aucune

Ingrédients

- * 1 tasse de lait
- * 3 carottes moyennes
- * 2 oranges
- * 1 banane
- * 1-2 cuillère à soupe de sucre en poudre
- * 1 cuillère à soupe de jus de citron

Préparation

1. Éplucher et trancher les carottes en rondelles
2. Dans un robot culinaire, verser le lait et les carottes. Mixer quelques minutes à puissance maximale.
3. Ajouter le sucre en poudre, le jus des oranges et le jus de citron.
4. Éplucher et couper la banane en rondelles. Ajouter au mélangeur.
5. Mixer jusqu'à consistance désirée.