



SMOOTHIES

- 2 t. de fruit du jour
- 1 t. yogourt à la vanille
- 1 t. jus de fruit

Mélangez tous les ingrédients à l'aide du robot culinaire pendant environ 1 minute ou jusqu'à consistance voulu.

Truc : En utilisant un jus de pommes vous ne masquez pas le goût des fruits dans votre smoothies et les pommes viennent du Québec.



330, Point-du-jour Sud, Lavaltrie, QC — 450-586-0598

www.fruitdujour.com