SMOOTHIE À LA PÊCHE JAUNE & AU BASILIC

POUR 2 VERRES | PRÉPARATION : 15 MIN | SANS CUISSON

INGRÉDIENTS

Pour un smoothie rafraîchissant :

- 2 pêches jaunes
- 6 feuilles de basilic
- 1 c.s de miel
- 150 mL de lait d'avoine

RECETTE

1. Pelez et coupez les pêches en quartiers.
2. Mixez dans un blender les pêches, les feuilles de basilic, le miel et le lait d'avoine jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène.
3. Peaufinez l'onctuosité en ajoutant du lait d'avoine si nécéssaire et dégustez.