



Pomme & Banane Smoothie Bowl

Recette Visuelle
par DAREBEE

© darebee.fr

2 pommes
2 bananes
1 tasse - 100g de flocons d'avoine
1 tasse - 200ml de lait végétal

AMÉLIOREZ ! Ajoutez plus de pommes, des noisettes et de la cannelle.

PLUS DE PROTÉINES : Ajoutez 2 cuillères à soupe de protéines en poudre.

2 PORTIONS



INSTRUCTIONS

1. Mettez tous les ingrédients dans un mixer.
2. Mélangez jusqu'à obtention d'une consistance lisse.
3. Transférez dans un bol.
4. Garnissez de pommes coupées et de noisettes supplémentaires. Saupoudrez de cannelle.