

# SMOOTHIE AUX POMMES



# SMOOTHIE AUX POMMES

## De quoi ai-je besoin (pour ±20 bols)

- Mixeur
- 10 pommes
- 250 ml de lait d'avoine
- 500 ml de yaourt grec végétal
- 5 poignées d'amandes
- 3 cuillères à café de cannelle
- 250 g de flocons d'avoine



## Comment préparer ?

1. Enlever le cœur des pommes.
2. Couper les pommes en petits morceaux.
3. Mixer 8 pommes avec les flocons d'avoine, le yaourt et le lait d'avoine pour obtenir un smoothie lisse.
4. Verser le smoothie dans des bols.
5. Couper les amandes en petits morceaux.
6. Garnir avec les morceaux de pommes restants, les amandes et une pincée de cannelle.

