



Smoothie fraise et spiruline

Par le chef cuisinier de l'hôtel restaurant Les Glycines

INGREDIENTS

- 250g de fraises
- 150g de fromage blanc
- 1 belle càc de spiruline*

ETAPES

- 1- Couper les fraises en morceaux et les réserver dans un mixeur
- 2-Ajouter le fromage blanc et la spiruline puis mixer pour obtenir un mélange homogène

* à retrouver dans la boutique de Méli à l'Office de Tourisme du Pays Mellois