

Açaï : Recette Vitalité & Détox

Catégorie : Nutrition

Temps de préparation : 10 min

Les ingrédients

Pour 3 verres



Açaï en poudre Bio
1 c. à s.

1 banane

1 cup de myrtilles décongelées

1 c. à s. de sirop d'érable

Lait de soja

La préparation

Étape 1

Couper la banane en morceaux.

Étape 2

Ajouter les myrtilles, l'açaï et le sirop d'érable. Couvrir à hauteur avec le lait de soja.

Étape 3

Mixer tous les ingrédients dans un blender, servir et déguster !