

## Smoothie multifruits qui donne la "pêche"



Pour 4 verres

Préparation : 10 minutes

- 2 bananes
- 2 kiwis
- 1 orange
- 1 yaourt
- 20 cl de lait concentré non sucré
- 2 c à soupe de miel

Épluchez et coupez tous les fruits sauf l'orange et en terminant par la banane qui noircit facilement. *Si vous ne consommez pas votre smoothie dans l'immédiat je vous conseille d'ajouter quelques gouttes de citron.*

Mettez tous ces fruits dans le blender.

Pressez l'orange et ajoutez son jus, le miel, le yaourt et le lait concentré dans le blender.

Mixez pour obtenir un mélange bien homogène.

Réservez un peu au frais avant de servir si vous le souhaitez.