



Bron: [Amanprana.eu](https://amanprana.eu) | Chef: 1 | Foto: Jackie Boromeo | ©1

Smoothie aux framboises et au kéfir

Ingrediënten

- 1 cuiller à soupe de fibres de noix de coco Amanprana
- 250 ml de kéfir
- 1 banane bien mûre
- 1 cuiller à soupe de miel ou de sirop d'agave
- 200 g de framboises fraîches (on peut également en trouver dans le rayon des congelés)
- Un filet de jus de citron

Extra info

Recept geschikt voor:

1 personen

Moeilijkheid:



Vorbereidingstijd:

10 minuten

Bereidingstijd:

0 minuten

Totale bereiding:

10 minuten

Gebruikte producten

De **Amanprana producten** die gebruikt zijn bij het maken van smoothie aux framboises et au kéfir

Bereiding

Mélangez tous les ingrédients au mixeur. Ajoutez en dernier la farine de noix de coco. Ce délicieux breuvage permet de faire le plein d'énergie pour bien commencer la journée !

Speciale wensen

- Végétarien