Smoothie avocats, fraise et orange

2 portions

Ingrédients

1 avocat mûr

350 ml de fraises équeutées (on peut en prendre des congelées si elles ne sont pas en saison)

350 ml de jus d'orange

Préparation

1. Couper l'avocat, le dénoyauter et en retirer la chaire
2. Dans un grand verre, déposer l'avocat, les fraises et le jus d'orange
3. À l'aide d'un pied mélangeur, réduire le tout jusqu'à l'obtention d'un smoothie
4. Servir dans des verres froids

Astuce

On peut remplacer les fraises par des framboises, des bleuets, de la mangue, une pêche, ou encore des morceaux d'ananas. Faites-nous savoir quelles sont vos combinaisons préférées!

Crédit

Bob le Chef