

Smoothie avocats, fraise et orange



2 portions

Préparation

1. Couper l'avocat, le dénoyauter et en retirer la chair
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

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

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