



## Smoothie soyeux

19/12/2017 à 10h42

Par [Laurence Benedetti](#)

Temps de préparation : 5 min

Pour 1 personne(s)

### Ingrédients :

- un yaourt nature
- une orange
- une demi-banane
- un kiwi
- une cuillère à soupe de miel

### Préparation :

- Mixer un yaourt nature avec une orange épluchée, une demi-banane, un kiwi et la cuillère de miel.