

## Smoothie poire-cassis

14/01/2020 à 15h19

Par [Laurence Benedetti](#)



Temps de préparation : 5 min

Pour 1 personne(s)

Ingrédients :

- un yaourt nature
- 100 g de baies de cassis ou, à défaut, une cuillère à soupe de coulis de cassis
- une poire bien mûre
- une cuillère à soupe de miel

Préparation :

- Mixez un yaourt nature avec le cassis, la poire et la cuillère de miel.