



Smoothie de betterave rouge



INGRÉDIENTS

Pour **2 portions**:

- 2 petites betteraves rouges
- 1 petite pomme
- 250 ml de lait d'amande non sucré
- 2 c. à s. de framboises surgelées
- 1 c. à s. de poudre à base de sucralose (= 2 c. à s. de sucre)

PRÉPARATION

Peler les betteraves et les couper en petits morceaux. Eplucher la pomme, retirer le trognon et couper en petits morceaux.

Mettre tous les ingrédients dans un blender et mixer jusqu'à l'obtention d'un smoothie bien homogène.



* par rapport à une version sucrée

RETROUVEZ TOUTES LES INFORMATIONS VALIDÉES
SUR LES ÉDULCORANTS EN LIGNE:

www. **EDULCORANTS**.eu