



Portion : 4

Smoothie tropical

Ingrédients

- 2 tasses de thé vert refroidi
- 3 tasses de Kale
- 1 tasse d'eau de coconut
- 1 concombre pelé
- 1 pomme verte
- 1 banane
- 2 tasses d'ananas
- Le jus d'une lime

Marche à suivre :

1. Mélanger le tout et déguster !