

SMOOTHIE AUX FRAISES ET AU MELON D'EAU



MUSÉE DE L'AGRICULTURE ET DE
L'ALIMENTATION DU CANADA – CANADA
AGRICULTURE AND FOOD MUSEUM

Emplacement du programme : En ligne

Voir tous les programmes au [Musée de l'agriculture et de l'alimentation du Canada](#)

Dégustez ce smoothie santé hydratante lors d'une journée chaude d'été!

Ingrédients

- 2 tasses (500 ml) de cubes de melon d'eau frais
- 1 ½ tasse (375 ml) de fraises congelées tranchées
- ½ tasse (125 ml) d'eau froide-
- Jus de deux limes
- 2 c. à thé (10 ml) d'extrait miel (facultatif)--

Préparation

1. Placer tous les ingrédients dans le mélangeur.
2. Mélanger à haute vitesse pendant environ deux minutes ou jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse.

SMOOTHIE AUX FRAISES ET AU MELON D'EAU | 2

3. Verser le smoothie dans un beau verre.
4. Servir immédiatement et savourer!

Portions : Deux smoothies