

## Smoothies radis roses concombre



4 personnes



Traditionnel



Plat annuel



Économique



15 minutes



0 minute



Facile

### INGREDIENTS

½ concombre  
15 radis roses  
550 gr de fromage blanc type fjord  
6 glaçons  
8 brins de ciboulette

### MATERIEL NECESSAIRE

1 blender 4 verres

### PREPARATION ET REALISATION

- 1- Eplucher le concombre, le couper en deux, retirer les pépins puis le couper en morceaux.
- 2- Laver les radis et les tailler en rondelles. Ciseler la ciboulette.
- 3- Mettre les légumes dans le blender avec le fromage et les glaçons et mixer.
- 4- Verser dans les verres et décorer avec la ciboulette.

### CONSEILS ET ASTUCES

Tous les ingrédients doivent être bien frais.

Alice Délice

