

## Smoothie concombre et radis roses



4



smoothie



été



Économique



5 min



0



Facile

### INGREDIENTS

1/2 concombre

15 radis

500 g de fromage blanc

6 glaçons

8 brins de ciboulette

### MATERIEL NECESSAIRE

Blender paille

### PREPARATION ET REALISATION

1-Épluchez le concombre et coupez-le en deux.

Retirez les pépins et coupez le concombre en morceaux.

2-Lavez les radis et coupez-les en rondelles. Mixez les légumes avec le fromage blanc et les glaçons jusqu'à l'obtention d'une préparation mousseuse.

3-Répartissez dans des verres et servez les smoothies décorés de radis et de ciboulette ciselée

### CONSEILS ET ASTUCES

Vous pouvez faire dégorger le concombre avec un peu de sel fin.

Alice Délice

