



<http://cuisine-plaisirs.wifeo.com/>

## . Smoothie melon - abricot .



*Ingrédients pour 2 personnes :*

- 1 yaourt nature velouté
  - 2 tranches de melon
  - 4 abricots bien mûrs
  - 4 glaçons
- 
- Laver, dénoyauter et couper en petits morceaux les abricots
  - Ôter l'écorce des tranches de melon, retirer les pépins et couper la chair en petits morceaux
  - Mettre les glaçons dans un blender, actionner de façon à obtenir de la glace pilée
  - Ajouter les morceaux de fruits dans le blender avec le yaourt nature, mixer le tout
  - Verser dans des verres, savourer sans attendre

