

**Smoothie sans banane à
l'avocat (vegan)**

**Smoothie sans banane à l'avocat,
orange, pomme et amande**



Ingrédients pour 2 personnes :

- 1 orange
- 1 pomme type Golden (pas trop grosse)
- 1/2 avocat
- 100 ml de [lait d'amande](#)

Déroulement de la recette :

1. Presser l'orange et verser son jus dans un blender.
2. Peler la pomme, ôter le trognon, et la couper en petits dés.
3. Verser dans le blender avec la moitié d'avocat coupée en morceaux.
4. Ajouter le lait d'amande et mettre l'appareil en route.
5. Bien mixer jusqu'à obtenir un smoothie tout doux...



[themoneytizer id=13364-16]