



## **Comment préparer des smoothies pour la semaine!**

[RECETTES](#) - [COLLATIONS](#) - [DÉJEUNERS-BRUNCHS](#)



---

TEMPS DE PRÉPARATION :

---

TEMPS DE CUISSON :

---

TEMPS DE REPOS :

---

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: MOYEN

---

CONGÉLATION: NON

## **Ingrédients**

---

## **Préparation**

---