



Yogourt à boire aux fraises

[BREUVAGES](#) - [COLLATIONS](#) - [NON-ALCOOLISÉS](#) - [RECETTES](#)



NOMBRE DE PORTION : 4-6

TEMPS DE PRÉPARATION :

5 MIN

TEMPS DE CUISSON :

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- 3/4 tasse de yogourt nature
- 1 tasse de lait
- 1 tasse de fraises (ou autres fruits) décongelées sans le jus
- 1 c. table de sirop d'érable

Préparation

1. Mettre tous les ingrédients dans le mélangeur et mélanger jusqu'à consistance lisse.
2. Se conserve quelques jours au réfrigérateur.
3. N'hésitez pas à brasser le yogourt à boire au besoin avant de le boire.