



# Shake tricolore

## 3 smoothies aromatisés à goûter absolument

### Préparation

1. Hachez les noisettes et mélangez-les au miel. Caramélisez les noisettes dans une poêle. Étalez les noisettes caramélisées sur du papier sulfurisé et laissez-les refroidir.
2. Mixez les fruits, les glaçons, l'Alpro soya Drink (Fruits rouges, Vanille ou Choco) et l'Alpro Mild&Creamy Nature en un mélange velouté.
3. Répartissez dans 4 verres rafraîchis. Saupoudrez de noisettes caramélisées.



4 portions



15min



### Ingrédients

- 60 g de noisettes
- 1 c. à s. de miel
- 400 g de fruits au choix
- (fruits rouges ou banane)
- 16 glaçons
- 800 ml d'Alpro soya Drink
- (Fruits rouges, Vanille ou Choco)
- 250 g d'Alpro Mild&Creamy Nature

### À base de

Fruits Rouges



Nature

