



Smoothie Banane - Noix de Coco et Carambars

Ingrédients (pour 4 personnes)

5 bananes
400ml de lait de CoCo
4 carambars
2càs de sucre en poudre

Dans une casserole, verser le lait de Coco. Ajouter les carambars et les laisser fondre, sur feu doux.

Laisser refroidir. Mettre au réfrigérateur pendant 2-3 heures.

Éplucher et couper les bananes en grosses rondelles.

Verser le lait de coco aux carambars, le sucre en poudre et les bananes dans votre blender.

Mixer le tout.

Verser dans des verres et servir aussitôt.