



Inscrivez-vous à l'infolettre et profitez d'une foule de privilèges!

Votre courriel

Je m'inscris!



## Smoothies à la clémentine et au curcuma

Par Coup de Pouce

**COUP  
POUCE**

### INGRÉDIENTS

- 2 clémentines défaites en quartiers
- 1 banane congelée
- 1 tasse de yogourt nature
- 1/4 tasse de canneberge surgelées
- 2 cuillères à table de miel liquide
- 1/4 cuillère à thé de curcuma moulu

Préparation	10 minutes
Portion(s)	2 portions

### PRÉPARATION

1. Au mélangeur, réduire en purée tous les ingrédients.