

## SMOOTHIE VERT POMME

Ingrédients (pour 2 personnes) 1 pomme verte épluchée Le jus d'1 pamplemousse 6 grandes feuilles de romaine Environ 1 tasse (250 ml) d'eau 1/2 banane 1 cm de gingembre frais passé au presse-ail

Préparation:

Passer tous les ingrédients au mélangeur assez longtemps pour que le mélange soit bien homogène.

Ajouter un peu d'eau si on préfère un breuvage plus liquide.