

SMOOTHIE ORIENTAL

SMOOTHIE DU MOYEN-ORIENT

Ingrédients (pour 1 smoothie)

- 1 pincée de safran
- 1 c. à café d'eau chaude
- 1 banane
- 12 cl de lait

Préparation:

Faire infuser le safran dans l'eau chaude.

Peler la banane.

Mixer tous les ingrédients.

Servir dans un grand verre.

