

Iucullus succullus



MILK-SHAKE

Préparation : 10 minutes
(Pour 4 personnes)

Les ustensiles :

- 1 couteau
- 1 planche à découper
- 1 mixer



Les ingrédients :

- 1 banane
- 1 kiwi
- 1 pomme
- 50 cl de lait
- 1 cuillère à soupe de sucre en poudre



Épluche tous les fruits.

Coupe-les en deux ou trois morceaux.

Mets tous les ingrédients dans le bol et mixe le tout.

Sers très frais.