



Smoothie with Watermelon and Pineapple



This smoothie with watermelon and pineapple is the perfect smoothie for hot summer days!

SMOOTHIE WITH WATERMELON AND PINEAPPLE

Servings: 2 smoothies

Preparation time: 5 minutes

INGREDIENTS:

1/2 watermelon, in cubes

1 pineapple, in cubes

handful of mint leaves

INSTRUCTIONS:

1. Add all ingredients in the blender and mix until smooth.
2. Serve with some ice cubes.

NOTES:

Topping ideas: fresh fruits, seeds or nuts, coconut grater, cocoa nibs, ...





Smoothie met Watermeloen en Ananas



Deze smoothie met watermeloen, komkommer en basilicum is overheerlijk en perfect op een zomerse dag!

SMOOTHIE MET WATERMELOEN EN ANANAS

Porties: 2 smoothies

Bereidingstijd: 5 minuten

INGREDIËNTEN:

½ watermeloen, in blokjes

1 ananas, in blokjes

handvol muntblaadjes

INSTRUCTIES:

1. Doe alle ingrediënten in de blender en mix tot een glad geheel.
2. Serveer met wat ijsblokjes.

NOTA:

Topping ideetjes: vers of gedroogd fruit, kokosrasp, cacao nibs, noten of zaden, ...





Le smoothie à la pastèque et à l'ananas



Ce smoothie à la pastèque et à l'ananas est le smoothie parfait pour les chaudes journées d'été!

LE SMOOTHIE A LA PASTEQUE ET A L'ANANAS

Portions: 2 smoothies

Temps de préparation: 5 minutes

INGREDIENTS:

1/2 pastèque, en cubes

1 ananas, en cubes

poignée de feuilles de menthe

INSTRUCTIONS:

1. Ajoutez tous les ingrédients dans le mélangeur et mélangez jusqu'à consistance lisse.
2. Servez avec des glaçons.

REMARQUE:

Idées de garniture: fruits frais ou secs, noix de coco râpée, pépites de cacao, noix ou graines, ...

