



TEMPS DE PRÉPARATION

±10  
min

PROTÉINES

±20  
grammes

ÉNERGIE

352  
kcal

ASTUCE

Si vous jugez le résultat trop épais avec des fruits surgelés, laissez-les d'abord décongeler et récupérez leur jus.

Boisson

## SMOOTHIE AUX FRUITS ROUGES

### Ingrédients pour une portion

- 1 bouteille de **Fortimel® Compact Protein 125 ml arôme fraise ou fruits rouges sensations fraîcheur**
- 50 g de fruits rouges (éventuellement surgelés)
- 2 cc de zeste de citron
- 1 pincée de gingembre
- Sucre (selon le goût)

### Préparation

1. Mettez tous les ingrédients dans un blender, réservez la moitié du zeste de citron.
2. Mixez jusqu'à obtention d'un smoothie bien lisse.
3. Servez dans un joli verre, et parsemez du reste de zeste de citron.

FORTIMEL®  
COMPACT  
PROTEIN  
FRAISE  
OU FRUITS  
ROUGES

1 PORTION



Fortimel® Compact Protein est une denrée alimentaire destinée à des fins médicales spéciales. Pour les besoins nutritionnels en cas de dénutrition lié à une maladie. A utiliser sous supervision médicale.