THE J.M. SMUCKER Co

Frappés aux fruits sensationnels

Prep Time	Cook Time	Serves	Difficulty
N/A	N/A	N/A	N/A

Ingredients

- 1/2 tasse (125 mL) glaçons
- 1 tasse (250 mL) eau
- 1/2 tasse (125 mL) de lait écrémé en poudre **Carnation®**

  Lait écrémé en poudre instantané

- 1 tasse (250 mL) yogourt à la vanille faible en gras
- mélange de fruits (voir plus bas)

Directions

Step 1:

Au mélangeur, broyer les glaçons avec un peu d'eau. Ajouter le reste de l'eau, le lait écrémé en poudre, le yogourt et les fruits. Battre jusqu'à consistance onctueuse.

Step 3:

Fraises et banane: 1 tasse (250 ml) de fraises et 1 banane

Step 4:

Mangue et pêche: 1 mangue, pelée et coupée en morceaux et 1 tasse (250 ml) de pêches.

Images

