SMOOTHIE POMEGRENADE

½ à ¾ tasse de graines de pomegrenade fraîches ou congelées

½ tasse de céleri tranché ou de chou rouge

1 c. à table de poude de pitaya bio

1 tasse d’ananas ou ½ tasse d’ananas o et ½ tasse de mangues

Jus d’une orange ou 2 clémentines

1 banane

½ tasse d’eau ou eau de coco

Le tout au mélangeur jusqu’à consistance crémeuse.