**SMOOTHIE AUX CANNEBERGES ET PETITS FRUITS**1 pomme coupée, épépinée (garder la pelure si biologique)
1 branche de céleri tranchée
½ tasse (125ml) de canneberges fraîches ou congelées
½ tasse (125ml) de fraises tranchées fraîches, bleuets sauvages congelés ou congelées ou autres petits fruits
1 c. à table (15ml) de sirop d’érable

1 poignée d’épinard frais
Eau de coco, ¾ tasse (190ml) ou plus pour la consistance désirée

Le tout au mélangeur jusqu’à consistance crémeuse