



COCKTAIL VITAMINÉ

Les recettes de cuisine bio du **Fenouil biocoop** par Marielle

Préparation : 10 minutes • Sans cuisson • Pour 1 personne



INGRÉDIENTS

- 30 cl d'eau de coco*
- 1 cœur de céleri* branche
- 150 g d'épinards
- ½ avocat
- 100 g d'ananas frais
- 1 c à s de jus de citron
- gingembre frais

*peut contenir des allergènes

PRÉPARATION

1. Laver le céleri branche et les épinards.
2. Peler l'avocat, l'ananas et le gingembre.
3. Presser le citron.
4. Mixer l'eau de coco, le céleri branche et les épinard.
5. Ajouter l'avocat, l'ananas, le gingembre et le jus de citron.
6. Mixer jusqu'à obtenir un smoothie onctueux et lisse !

Le Fenouil
biocoop
www.lefenouil-biocoop.fr



FENOUIL SARGÉ
du lundi au samedi
de 9h à 19h
ZAC de la Pointe
Accueil : 02 43 81 87 71

FENOUIL RUAUDIN
du lundi au samedi
de 9h à 19h
Parc des Hunaudières
Accueil : 02 43 78 93 82

FENOUIL UNIVERSITÉ
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
22 bd. Louis Leprince-Ringuet
Accueil : 02 43 88 36 70

FENOUIL RÉPUBLIQUE
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
1 b rue Gambetta
Accueil : 02 85 29 15 80

FENOUIL ATLANTIDES
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
6 avenue d'Houaouza
Accueil : 02 85 29 15 80

Retrouvez nos autres recettes sur le blog du Fenouil : www.cuisine-moi-un-fenouil.fr