

# COCKTAIL FRAISE ORANGE

Dimanche 25 Avril 2021

*Apéritif sans alcool et sans sucre :*

*Cocktail fraise orange pour 1 personne et 0 sp vert bleu violet*

*-75 g de fraises\**

*-200 ml d'orangina light 0% de sucre*

*-2 cuillères à café de grenadine sans sucre*

*-1 tranche d'orange bio\**

*-glace pilée*

*Passer les fraises sous un filet d'eau froide, les équeuter et les mixer finement.*

*Les mettre dans un grand verre avec la glace pilée.*

*Compléter avec l'orangina, la grenadine et la tranche d'orange*

*Bien mélanger.*

*Servir avec une paille.*



*Pour le repas de midi : cocktail fraise orange (0 sp vert bleu violet □□□) -crudités avec 50 g de fromage blanc 0% salé (1 sp vert bleu violet □□□) -sole grillée et asperges sauce hollandaise allégée (9 sp vert □ -7 spl bleu□-4 spv violet□ -recette du 08 05 2018) -thé vert sans sucre avec 1 moelleux aux cerises noires (5 sp vert□-2 spl bleu□-2 spv violet□). Total : 15 sp vert □ -10 spl bleu□-7 spv violet□*

*Très bon dimanche*

**Lilou 3158 : blog cuisine contrôlée by lilou light.fr**

**Tous droits réservés**