



# 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

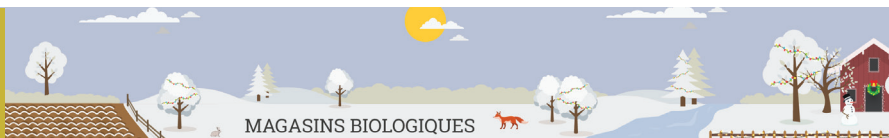
\*peut contenir des allergènes

## 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 épinards.
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](http://www.lefenouil-biocoop.fr)



MAGASINS BIOLOGIQUES

### 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 9h à 19h  
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'Haouza  
Accueil : 02 85 29 15 80

Retrouvez nos autres recettes sur le blog du Fenouil : [www.cuisine-moi-un-fenouil.fr](http://www.cuisine-moi-un-fenouil.fr)