

## Jour 2 : smoothie aux légumes !

Première étape :  
éplucher les carottes pour  
ensuite les râper.



Deuxième étape : couper le céleri pour le  
mixer avec les carottes râpées.



Troisième étape : enlever la peau des  
tomates.

Quatrième étape : couper les citrons et les presser pour en extraire le jus.



Dernière étape : mixer le tout pour obtenir un délicieux smoothie aux légumes !



Maintenant la dégustation...





On aime...



...ou pas !  
Mais on goûte !