



### **Smoothies argousier/pomme/érable/curcuma**

Rendement : 2 portions

#### **Au marché :**

250 ml (1 tasse) de jus d'argousier  
250 ml (1 tasse) de compote de pomme non sucrée  
30 ml (2 cuill. à soupe) de sirop d'érable  
10 ml (2 cuill. à thé) de curcuma

#### **En cuisine :**

- Réunir tous les ingrédients dans un mélangeur et mélanger.
- Servir aussitôt.

***Chef Christopher Alary***

***Enseignant à l'École d'Hôtellerie de la Capitale***