

Milk-shake rafraîchissant aux baies et glace vanille



Rafraîchissant, fruité et prêt en moins de 10 minutes! Ce milk-shake aux baies convient à merveille pour les quatre-heures et pas seulement pour les enfants!

La saison des baies est attendue avec impatience chaque année. Mais pour tous ceux qui ne veulent pas attendre jusque-là, ce milk-shake aux baies congelées et glace vanille, à la saveur très fruitée, raccourcira ce temps. Il suffit de cinq ingrédients, d'un mixeur et de quelques minutes de temps.

Un homme nommé Ivar Coulson est considéré comme l'inventeur des milk-shakes. En 1922, il aurait été le premier à Chicago à avoir eu l'idée de mélanger du lait, du chocolat, du malt et de la glace pour en faire une boisson. Aujourd'hui, on n'ajoute pratiquement plus de malt dans les milk-shakes et les variantes sont innombrables. A la maison, il suffit d'essayer et d'adapter les recettes à vos goûts et de donner libre cours à votre imagination!

- 200 g de baies congelées au choix
- 3 boules de glace vanille
- 3 cc de sucre glace
- 350 ml de lait
- 100 ml de crème entière fouettée
- En option, des biscuits et de la menthe pour garnir

1. Réduisez en purée les baies, la glace, le sucre glace et le lait dans un mixeur.
2. Répartissez le milk-shake dans deux verres, garnissez-le de crème fouettée, de biscuits et de feuilles de menthe.

Temps de préparation: environ 5 minutes