



## *Magic Milk-Shake*

### ***Ingrédients pour 2 personnes :***

2 à 8 g (1 à 4 cuil. à café) de fleurs de CBD réduite en poudre (voir p. 23) - 1/21. de lait - 10 cl de crème fraîche liquide - 1 cuil. à café de granulés de lécithine - 1 banane bien mûre - 1 cuil. à soupe de sucre - 1/2 cuil. à café d'extrait de vanille (facultatif)

Mettez le lait 5 minutes au congélateur. Pendant ce temps, battez au fouet électrique la crème fraîche et le sucre en une crème Chantilly pas trop ferme. Réservez.

Passez au robot les fleurs de CBD en poudre, les granulés de lécithine, la banane coupée en petits bouts, le lait et la vanille. Il ne doit plus rester de petits morceaux de banane non écrasés.

Incorporez délicatement la crème Chantilly à cette mixture et servez aussitôt dans de grands verres.