BOISSON ÉNERGISANTE

- pour Parent Épuisé -

Prenez votre dose d'énergie ! Les enfants, merci de ne pas en abuser, les parents en ont plus besoin ;)

INVERSION DES RÔLES ❶ L'ENFANT PRÉPARE ❷ LE PARENT DÉGUSTE

1 orange

1 banane

250 ml de lait d'amande (ou lait de noix / noisette)
250 ml d'eau de coco