

# JUS JUGO JUICE™

## SMOOTHIE-OLOGIE

Un smoothie, voilà une option santé pour consommer vos quantités quotidiennes recommandées de fruits et de légumes. Faites toutes sortes de smoothies délicieux et santé à la maison, ou commandez-en un chez Jus Jugo Juice quand vous êtes pressés.

1

### CHOISISSEZ LA BOISSON DE BASE.

eau de coco  
vrais jus de fruits à 100 %  
lait sans gras  
lait d'amandes  
eau



2

★ ÉVITEZ LES AGENTS DE REMPLISSAGE COMME LE SORBET OU LA CRÈME GLACÉE.

5



MÉLANGEZ ET DÉGUSTEZ.



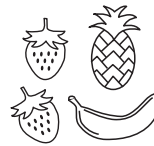
4

AJOUTEZ DES SUPPLÉMENTS.  
LES SUPER-ALIMENTS  
DONNENT DES SMOOTHIES  
ENCORE MEILLEURS POUR  
LA SANTÉ.

lin moulu  
graines de chanvre  
graines de chia  
spiruline  
chlorelle  
protéines



CHOISISSEZ VOS FRUITS ENTIERS.



baies  
mangues  
ananas  
bananes  
pêches  
pommes

★ ÉVITEZ LES PURÉES ET LES SUCRES AJOUTÉS.



OPTEZ POUR DES LÉGUMES FRAIS ET NON TRANSFORMÉS.

3



chou frisé  
épinards  
bette à cardes  
avocat  
concombre  
céleri

