

Kiwi-appel smoothie

Ingrediënten

-  3 kiwi's
-  0.5 eetlepelje honing
-  0.5 vanillestokje (indien gewenst)
-  1 eetlepel yoghurt
-  1,5 appel

Bereiding

1. Verwijder de schil en het klokhuis van de appels en kiwi's en snijd ze in stukken.
2. Voeg het fruit in de blender en mix het met de yoghurt.
3. Naar wens kan je er een eetlepel honing en een vanillestokje aan toevoegen om de smaak wat zoeter te maken.
4. Serveer het in een glas en decoreer met een kiwischijfje.
5. Smullen maar!

