

Ingrediënten voor 2 personen

Een verpakking van smoothie met 2 zakjes aardbeien mango en banaan per zakje 200 ml vers geperste sinasappel sap

**Tijd:** 0-10 min.  
**Keuken:** Europees  
**Soort\_gerecht:** Niet-alcoholische dranken  
**Eigen\_keuken:** Nee  
**Vegetarisch:** Nee

## aardbei mango banaan smoothie

Sinds ik niet meer snoep of aan de cola of andere frisdrank meer drink ben, ben ik op zoek naar andere soort dranken. ook om de trek in lekkere dingen te verminderen en toch de nodige vitamines naar binnen te krijgen,. had ik zo iets ik ga het toch eens proberen om een smoothie te maken. dus vanavond had ik zo iets na het eten. inplaats van een toetje hupsake aan de gang. en voor het eerst gemaakt. en aardig gelukt

### Hulpmiddelen

Blender

### Bereidingswijze

Doe de 2 gevulde zakjes met de gemengde fruit in de Blender en doe hier 400 milliliter sap bij en blend dit voor een minuutje goed door .als dit goed door elkaar is kun je dit mengsel in glazen vullen, en genieten maar

### Serveertips

Je kunt het de jus de orang vervangen door appelsap. yoghurt ,melk of water.