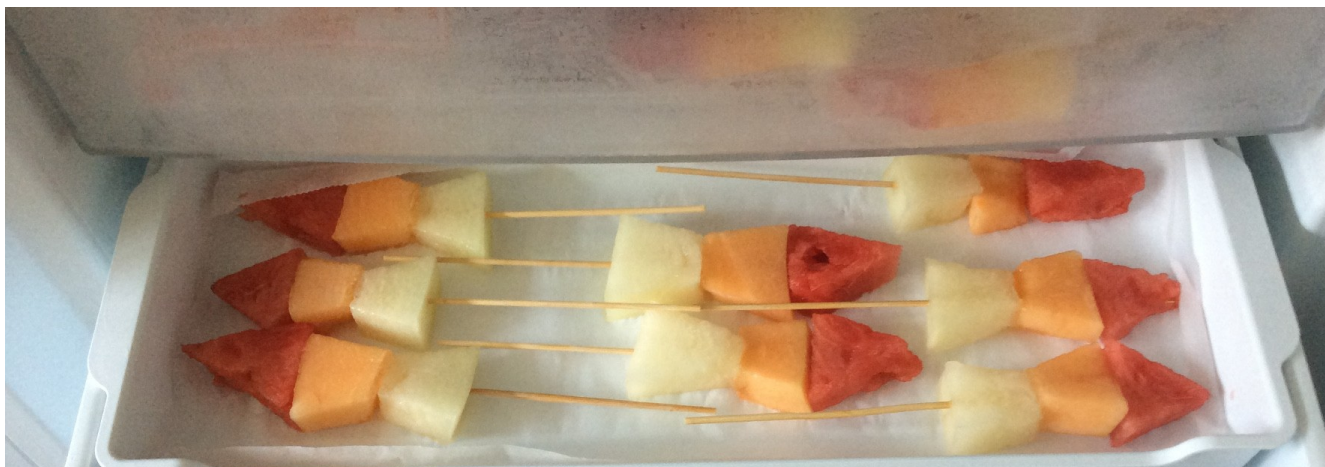


## Gezonde raketjes / Healthy rockets



### **De boodschappen**

$\frac{1}{4}$  honingmeloen  
 $\frac{1}{4}$  cantaloupe meloen  
grote schijf watermeloen  
houten prikkers

### **Het is weer ijsjes-tijd voor de kids!**

Hoewel een raketje uit de supermarkt helemaal niet slecht is voor kids (het bevat water en groentesap) maken we 's zomers voor de kleintjes liever meloenraketjes.

### **Zo maak je ze**

Schil en verwijder de pitjes uit de watermeloen en snij hem in puntjes.

Schil en verwijder de pitjes uit de andere 2 meloenen en snij ze in stukjes.

Steek de stukjes meloen in raketvorm aan de prikkers.

Bekleed een plat bakje met bakpapier.

Zet het bakje met de raketjes een paar uur of een nachtje in de vriezer.

### **Lekker!**

## Gezonde raketjes / Healthy rockets



### **Shopping list**

¼ honey dew melon  
¼ cantaloupe melon  
big slice of water melon  
wooden skewers

### **The weather is getting warmer, lollipop time for the kids.**

Although a store bought rocket lollipop is not at all bad for children (it contains water and vegetable juices) we prefer melon rockets for the little ones.

### **Here's how to make them**

Peel and remove the pips from the watermelon and cut it into triangles.

Peel and remove the seeds from the other melons and cut them too.

Lace the melon on the skewers in rocket shape.

Line a flat platter with baking paper.

Place the platter with the rockets a few hours or overnight into the freezer.

**Yummie!**