

Paas-smoothies / Easter smoothies



De boodschappen

2 mango's
150 gram biologische yoghurt
2 eetlepels honing
sap van 1 sinaasappel
optioneel: ijsblokjes

Een simpele smoothie mag niet ontbreken bij het paasontbijt. Bovendien zijn ze snel gemaakt, gezond en lekker en de kids houden ervan.

Zo maak je mango smoothies

Snij de mango, verwijder de schil en pit, hak in blokjes.

Doe de mangoblokjes in de blender en voeg de yoghurt toe.

Voeg de twee eetlepels honing aan de yoghurt toe.

Voeg er tot slot het sap van 1 sinaasappel aan toe.

Blend het tot het een gladde drank is.

In de middag smaakt de paas-smoothie ook goed!

Paas-smoothies / Easter smoothies



Shopping list

2 mango's
150g organic yogurt
2 tablespoons honey
1 orange, juiced
optional: ice cubes

A simple smoothie cannot be missed at the Easter breakfast. Moreover, they are quickly made, healthy and delicious and the kids love it.

How to make mango smoothies

Cut the mango, remove skin and stone, chop it in pieces.

Place them mango in a blender then add the yougurt.

Add the two tablespoons of honey to the yoghurt.

Finally add the juice of one orange to it.

Blend it until you have a smooth drink.

In the afternoon an Easter smoothie also tastes good!