



## SMOOTHIE BOWL MET ANANAS EN BOSBESSEN



**VOORBEREIDING**  
15 min.



**BEREIDING**  
20 min.



**MOEILIKHEID**  
eenvoudig



**PORTIES**  
2 porties



**BUDGET**  
gemiddeld

### INGREDIËNTEN

- . 300 g bevroren ananas, in stukken
- . 1 banaan, in stukken
- . 1 sinaasappel, in stukken
- . 150 g plantaardig amandeldrank
- . 2 el haverzemelen of 2 el tarwezemelen
- . 1 el lijnzaad
- . 1 el pompoenpitten
- . 50 g bosbessen

### BEREIDING

- 1 Plaats de bevroren stukken ananas, banaan, sinaasappel, plantaardige amandeldrank en haverzemelen in de mengbeker en meng **1 min / snelheid 10**. Verdeel de smoothie over 2 kommen, garneer met lijnzaad, pompoenpitten, bosbessen en in blokjes gesneden verse ananas en dien op.

