



Rode frambozen smoothie

4 personen

5 minuten

Ingrediënten

halve liter Griekse yoghurt

10 bramen

20 frambozen

1 eetlepel honing

Aan de slag!

Stap 1: Draai een klein beetje yoghurt met de bramen en de frambozen tot een gladde massa.

Stap 2: Voeg de honing toe en meng het met de rest van de Griekse yoghurt.

Stap 3: Schenk de rode frambozen smoothie in 4 glazen.

Tip! Kies in plaats van Griekse yoghurt voor Skyr, dan heb je meer eiwitten in dit smakkelijk tussendoortje.

Smakelijk!