



FROZEN YOGHURT BITES



20 PORTIES 30 MIN SNACK

INGREDIËNTEN

- 750 gram frambozen (of aardbeien) en bosbessen (vers of diepvries)
- 200 ml sojadrink (vanille en ongezoet)
- 10 gram pompoenpitten



STAP 1

Mix 60 gram diepvriesfruit met 100 ml sojadrink.

STAP 2

Voeg de andere sojadrink toe en trek voorzichtig enkele strepen met een vork.

STAP 3

Leg bakpapier op een grote schaal en maak ongeveer 20 vormpjes.

STAP 4

Versier met de pompoenpitten en het overige diepvries of vers fruit.

STAP 5

Zet het mengsel minimum 1 uur in de vriezer.

STAP 6

Laat 5 minuten op temperatuur komen alvorens te serveren.

— ***Klaar en smullen maar!***

VOEDINGSWAARDE 1 PORTIE

Energie	10 kcal
Vetten	0,5 gram
Koolhydraten	1 gram
Koolhydratenporties	0,08
Eiwitten	0,6 gram