



Kindervruchtenbowl

Benodigdheden

verse ananas
aardbeien
2 zoete appels
2 blikken vruchtencocktail
2 peren
2 bananen
blikje abrikozen
blikje perziken
limonadesiroop
eventueel scheutje citroensap

Bereiden kindervruchtenbowl

- Zet een grote glazen of bowlschaal klaar, een snijplank en een scherp mes.
- Giet het sap van het blikfruit af en vang het op in een beker; snijd het fruit in kleine stukken.
- Was en schil het verse fruit en snijd het eveneens in kleine stukken.
- Meng het verse fruit met het uitgelekte blikfruit in de glazen schaal.
- Voeg naar wens en smaak de siroop van het blikfruit toe, of een scheutje limonadesiroop.
- Een beetje citroensap of suiker haalt de smaak vaak op.
- Vervang eventueel de soorten fruit die je kind niet lust voor ander fruit.
- Serveer de bowl gekoeld in langs de rand besuikerde glazen.
- Feest!