

Aardbeien-yoghurtdrink met zwarte peper

⌚ 5 minuten 👤 2 📊 Gemakkelijk

bekijk het recept online



Bereiding

01 Doe de Fresubin 2 KCAL Drink Aardbei met de Griekse yoghurt en aardbeien in een blender.

02 Voeg eventueel enkele blaadjes munt toe voor extra frisheid en blend het geheel tot een gladde smoothie.

03 Voeg nu een snuifje gemalen zwarte peper toe. Proef en voeg eventueel extra peper toe naar eigen wens.

04 Serveer de yoghurtdrink koud en werk af met verse stukjes aardbeien.

05 Tip: de zwarte peper stimuleert de smaakpapillen en kan helpen bij smaakverlies. Liever wat zoeter? Voeg een extra koffielepel honing toe.

Ingrediënten

Fresubin 2 KCAL Drink Aardbei	200 ml
Griekse yoghurt	100 g
Aardbeien, vers of diepvries	100 g
Gemalen zwarte peper	Een snuifje
Muntblaadjes	Enkele

Gebruikte producten



Fresubin 2 KCAL Drink - 200 ml (aardbei)



Koken en bakken kunnen het gehalte aan vitaminen en mineralen in Fresubin verminderen. Als u vragen of zorgen heeft, raadpleeg dan uw zorgverlener. De getoonde afbeeldingen zijn serveersuggesties en dienen uitsluitend ter illustratie. Gerechten kunnen variëren door productieprocessen. Allergenen kunnen aanwezig zijn; controleer altijd het etiket van het individuele product en de ingrediënten.

Fresubin is voeding voor medisch gebruik. Enkel te gebruiken onder medisch toezicht.