

Fruitshake

SAP
BASIS

Sorgente

Specialist in medical nutrition

receptenkaart DRINKVOEDING



Fruitshake - per glas

Sap
Per glas
352 kcal
10,4 g eiwit

Ingrediënten

- 1 flesje drinkvoeding op sapbasis, smaak naar keuze
- 50 ml volle yoghurt
- 50 g zacht fruit zoals banaan, aardbeien, kiwi of frambozen

Materialen

- Staafmixer of keukenmachine
- Mengbeker

Bereiding

1. Doe de drinkvoeding met de yoghurt en het fruit in de mengbeker.
2. Mix deze met de staafmixer of keukenmachine tot een gladde drank.

Suggestie

- U kunt in plaats van fruit ook vruchtenconfituur of -compote gebruiken.



DRINKVOEDING

receptenkaart