

## Recept

### Recept voor fruitsmoothie

De smoothie moet vooral lekker fris zijn.

Je kunt er eigenlijk alles in doen, als er maar een verfrissend smaakje in zit van bijvoorbeeld kokosmelk, exotische vruchten of citrusfruit. Je kunt de smoothie aanvullen met wat ijsblokjes of vers fruit vervangen door diepvriesfruit.

### Ingrediënten

- 1 banaan
- 150 gram aardbeien
- 2 takjes munt
- 100 gram (diepvries)ananas
- 1 mango
- 100 ml kokosmelk
- 150 ml water

### Bereidingswijze

1. Schil en snijd de banaan, doe de blokjes in de blender.
2. Was de aardbeien en verwijder de kroontjes, snijd de grote aardbeien door midden en doe ze in de blender.
3. Was de munt, snijd de takjes in grove stukken en doe ze in de blender.
4. Schil en snijd de mango en doe deze in de blender.
5. Doe de (diepvries)ananas, de kokos en het water in de blender.
6. Mix alles tot een heerlijk geheel en geniet van je smoothie!