



# KIDS SMOOTHIE MET HAVERMOUT & AARDBEI

🕒 Voorbereiding: 0 minuten  
Bereiding: 5 minuten

## 🛒 INGREDIËNTEN

Wat heb je nodig voor één groot glas smoothie?

- 200 ml melk
- 50 gram havermout
- 1 á 2 eetlepels honing
- 10 middelgrote aardbeien (bevroren of vers)
- 1/2 banaan

## 📄 BEREIDING

Hoe je deze havermout smoothie maakt:

Haal de kroontjes van de aardbeien (als je verse aardbeien gebruikt uiteraard) en spoel ze even schoon onder de kraan. Doe de melk, havermout, aardbeien en de banaan in de blender. Voeg hier naar smaak 1 of 2 eetlepels honing aan toe. Doe de blender aan en “blender” het geheel tot een gladde smoothie.

DRINK  
SMAKELIJK!