



Kinderbowl



Heb je zin om voor Kerstmis of voor oudejaarsdag een lekkere bowl, speciaal voor kinderen te maken? De recepten zijn ook geschikt voor verjaardags- en kinderfeestjes. Veel plezier bij het maken en genieten!!!

Gummibeertjes bowl

- 500 ml vruchtenthee
- 1 fles limonade
- 300 g bevroren (diepvries) fruit
- 500 ml sinaasappelsap
- 100 ml frambozensiroop
- 1 zakje gummi beertjes



Het fruit in een grote kom brengen en met siroop begieten. Het geheel ca. 1 uur laten intrekken. Daarna het sinaasappelsap en de thee toevoegen. Vlak voor het opdienen de limonade en vervolgens de gummi beertjes aan de bowl toevoegen.

Exotische fruitbowl

- 1 ananas
- 4 kiwi's
- 3 citroenen
- 3 eetlepels mangosiroop
- 250 ml ananassap
- 250 ml passievruchtensap
- 2 flessen witte druivensap
- 1 fles mineraalwater



Je snijdt de ananas met een groot mes in 4-5 plakken. Nu wordt elke plak ongeveer 1/2 cm dik geschild, vervolgens gehalveerd en de harde kern uit het midden verwijderd. Snijd het vruchtvlees in 1 cm grote blokjes. De kiwi's worden geschild en vervolgens ook in blokjes gesneden. Pers de citroenen uit en meng het sap met de mangosiroop en de andere sappen. Breng de ananas en kiwiblokjes in de kom met bowl en plaats deze enige tijd in de koelkast. Voor het serveren giet je het goed gekoelde mineraalwater in de kom en roert deze om.