



KIWI PISTACH ONTBIJT



Ingrediënten (voor 1 portie):

- 30 g havermout
- 60 ml kiwisap of groene smoothie
- 40 ml havermelk
- enkele pistachenootjes
- 1/2^{de} groene kiwi
- 1/2^{de} gele kiwi
- enkele witte druiven

Bereidingswijze:

- Voeg de havermout samen met het kiwisap of groene smoothie en de havermelk in een ontbijtkommetje en meng alles goed onder mekaar.
- Zet dit gedurende 2 minuten in de microgolf op 750 Watt.
- Schil de kiwi's, snij in schijfjes en voeg toe aan het havermoutmengsel.
- Was de druifjes en voeg ook enkele druifjes toe aan het ontbijt.
- Hak wat pistachenootjes grof en voeg deze eveneens bij het ontbijt.
- Smakelijk!