



Diëtistenpraktijk
De Snekens

Wendie Pluymers
Kinderdiëtiste - Sportdiëtiste



APERITEIFHAPJES PEPERKOEK PATÉ



Ingrediënten (voor 4 hapjes):

- 2 sneetjes peperkoek bv. Peijnenburg Lower calorie
- light paté bv. Kips magere crèmepaté
- rodebessenconfituur zonder toegevoegde suiker bv. Rabeko

Bereidingswijze:

- Neem de 2 sneetjes peperkoek en snij ze in de helft zodat je 4 kleinere stukjes bekomt.
- Smeer hierop de light paté en werk af met een koffielepeltje ongesuikerde rodebessenconfituur.
- Geniet van deze feestelijke periode met al dit verantwoord lekkers 😊