



Diëtistenpraktijk
De Snekens

Wendie Pluymers
Kinderdiëtiste - Sportdiëtiste



KIDS ONTBIJT



Ingrediënten (voor 4 personen):

- 20 poffertjes
- 400 g magere yoghurt natuur
- 2 el [rabarber-aardbeienconfituur](#)
- 4 passievruchten
- enkele kokosschilfers
- 4 frambozen

Bereidingswijze:

- Verwarm de poffertjes enkele minuutjes in de microgolfoven.
- Prik 4 x 4 poffertjes aan een stokje en verdeel over 4 bordjes.
- Meng de yoghurt met de confituur en verdeel in 4 kleine glaasjes.
- Leg op de yoghurtmengeling telkens een poffertje.
- Haal het vruchtvlees uit de passievruchten en verdeel over de poffertjes.
- Werk af met de kokosschilfers en een framboos.
- Zet op elk bordje een gevuld glaasje naast de poffertjes en dien op.