



Diëtistenpraktijk  
De Snekens

Wendie Pluyers  
Kinderdiëtiste - Sportdiëtiste



## TRIO VAN DESSERT



### Ingrediënten (4 personen):

- 200 ml soyamelk natuur
- 30 g dessertrijst
- zoetstof naar smaak
- 1 stick Canderel vanilla
- 1 blikje gemeng fruit op sap
- [Chocolademousse](#)
- [Speculaasmousse](#)
- [1 speculaaskoekje](#)
- 4 hazelnoten



Diëtistenpraktijk  
De Snekens

Wendie Pluymers  
Kinderdiëtiste - Sportdiëtiste



### Bereidingswijze:

- Breng de soyamelk aan de kook samen met de dessertrijst, de zoetstof en de Canderel vanilla en laat dit op een laag vuurtje gedurende 40 minuten gaarkoken onder voortdurend omroeren.
- Haal van het vuur, meng er het blikje gemengd fruit op sap onder en verdeel over 4 mini glaasjes.
- Verdeel de chocomousse over 4 mini-glaasjes, verkruimel een beetje speculaas over en werk af met een hazelnoot.
- Verdeel de speculaasmousse over de 4 glaasjes en werk eveneens af met een beetje verkruimelde speculaas.
- Neem 4 rechthoekige bordjes en zet op elk bordje een mini glaasje chocomousse, een mini glaasje speculaasmousse en een mini glaasje rijstpap en dien op.
- Geniet van dit feestelijk dessertje!