

Vruchtenspritzer

smoothie

niet te moeilijk, niet te makkelijk

Ingrediënten voor 4 glazen:

- 500 ml abrikozennectar
- 250 ml appelsap
- 250 ml sinaasappelsap
- 500 ml bruisend water
- 8 ijsblokjes

Doe abrikozennectar, appelsap, sinaasappelsap, water en ijsblokjes in een grote kan, roer en serveer.

MALONE, M., Lekker sapje, Terra Lannoo B.V., Arnhem, 2006.