



Aardbeien Rooibosthee Smoothie

Ingrediënten:

Voor 4 personen

2 zakjes rooibosthee

500 ml kokend water

500 ml geiten of schapen yoghurt

3 el honing

250 gr verse aardbeien

Bereiding:

Zet de thee en laat het minstens 6 minuten trekken. Verwijder dan de zakjes en laat de thee afkoelen.

Doe de yoghurt, aardbeien en honing in de blender en maak er een glad mengsel van (kan ook met de staafmixer) Voeg de thee toe en roer goed door elkaar.

