

## VERANDER JE VOEDING, VERANDER JE LEVEN.

### TOELICHTING

Hiermee wil je op een zomerse ochtend voor de dag komen! Lekker in het weekend of om een doordeweekse dag wat meer glans te geven. Wanneer je de quinoa van te voren kookt is dit ontbijtje zo gemaakt. Ideaal wanneer je een restje over hebt van de vorige avond.

### DIT HEB JE NODIG

Voor 1 bowl

- 3 el gekookte quinoa
- 1 el kokosrasp, kort geroosterd
- 40 gram mango (diepvries)
- 60 gram passievrucht (diepvries)
- ½ el sesamzaad, kort geroosterd
- ½ avocado

Optioneel:

- paar blaadjes verse munt

### ZO MAAK JE HET

Laat het diepvriesfruit -de avond van te voren- ontdooien in de koelkast. Pureer kort met een staafmixer. Meng de kokosrasp met de quinoa. Schep in een diepe kom. Snijd de avocado in reepjes en leg ernaast. Schenk de saus erbij. Maak af met het sesamzaad en eventueel wat gehakte munt.

