



# Tricolore shake

## 3 heerlijke smoothies

### Bereiding

1. Hak de hazelnoten en meng ze met de honing. Karameliseer de noten in een pan. Spreid de notenmix uit op bakpapier en laat afkoelen.
2. Mix de vruchten, de ijsblokjes, de Alpro soya Drink (Rode vruchten, Vanille of Choco) en de Alpro soya Mild & Creamy Natuur tot een smeujige massa.
3. Giet in 4 gekoelde glazen. Versier met de gekarameliseerde noten.



4 porties



15min



### Ingrediënten

- 60 g hazelnoten
- 1 eetlepel honing
- 400 g vruchten naar keuze
- (rode vruchten of bananen)
- 16 ijsblokjes
- 800 ml Alpro soya Drink
- (Rode vruchten, Vanille of Choco)
- 250 g Alpro soya Mild & Creamy Natuur

### Bereid met

Natuur



Rode vruchten

