

# Sappen en smoothies



voor ± 2-3 personen



## SMOOTHIE POMPOEN, SINAASAPPEL EN KANEEL

1/2 biologische flespompoen

1 biologische sinaasappel

250 ml kokoswater

1 theelepel biologische kaneelpoeder

## BEREIDING

Snij de flespompoen door midden en verwijder de pitjes. Schil dan de pompoen en snij de pompoen in blokjes. Doe de blokjes pompoen in de blender. Bewaar de andere helft voor fusilli met pompoen of een ander gerecht. Schil daarna de sinaasappel en doe deze ook in de blender. Voeg het kokoswater en de kaneelpoeder ook toe en blend het op de smoothie voorkeur stand. Je kunt naar eigen gewenste dikte extra kokoswater toevoegen.