



Desserten

## **Mango smoothie bowl met ananas, passievrucht, zaden en noten**

**Voor 4 personen.**

### **Ingrediënten**

800 gram mango's (diepgevroren in blokjes)  
4 eetlepels kokos (geraspte)  
800 gram Griekse yoghurt  
100 milliliter melk  
2 passievruchten  
2 plakjes ananassen  
zonnebloempitjes  
pistachenoot  
chiazaad

**Gezond ontbijten doe je met deze zomerse mango smoothie bowl. Een ideaal gerechtje als je overrijpe mango's nog snel wil verwerken. Ook hier zijn er eindeloze afwerkmogelijkheden maar met enkele stukken exotisch fruit creëer je toch wel het ultieme vakantiegevoel.**

### **Bereidingswijze**

Doe de bevroren mango en Griekse yoghurt samen in een foodprocessor en laat blenden.

Voeg al blendend de melk toe.

Verdeel de yoghurt over de bowls en versier met een halve passievrucht, stukken ananas, geraspte kokos, zonnebloempitten, chiazaad en pistachenoten.

