

Week 2: Nieuwjaar

Deze week laten wij jullie wat recepten zien waarmee je een super lekkere, feestelijke en gezonde drankjes kunt mixen om met oud op nieuw te kunnen proosten.

1. Kinderchampagne 2.0

Benodigdheden voor 4 champagneglazen (150ml per glas)

- 200 ml appelsap
- 200 ml druivensap
- 200 ml spa rood
- Suiker
- Eiwit van 1 ei
- Takje munt

Bereiding:

- Dip de bovenkant van de glazen in een bakje met eiwit
- Dip de glazen daarna in een bakje suiker
- Schenk vervolgens 50 ml appelsap per glas in
- Voeg hier per glas 50 ml druivensap en 50 ml spa rood aan toe
- Om het nog lekkerder te maken kun je aan ieder glas een blaadje munt toe voegen. Dit ziet er ook nog eens extra feestelijk uit

2. kinder kerst sangria:

Het leuke aan sangria is dat je al het fruit toe kan voegen wat jij lekker vindt ook de hoeveelheid fruit die je toevoegt kun je helemaal naar wens bepalen. Het onderstaande recept is dan ook een voorbeeld.

Benodigdheden voor een volle kan:

- 1 doosje diepvries bosvruchten
- Water (ongeveer 700 ml)
- Fruit naar smaak. Dit kan vers fruit zijn dat je in stukjes snijdt of diepvries fruit.
 - Onderstaand is een voorbeeld
 - o Witte pitloze druiven
 - o 10 Aardbeien
 - o 1 blikje Ananas
 - o ½ Mango
 - o 1 appel
 - o Kaneelstokje

Bereiding:

1. Pureer de diepvriesbosvruchten in een blender of met de staafmixer en schud in een limonade kan
2. Voeg water toe tot 2/3 van de kan en roer goed door elkaar
3. Snijd het fruit in stukjes en voeg toe aan de kan met het bosvruchten/water mengsel en roer goed dor
4. Leg vervolgens nog een kaneelstokje in de kan en laat de smaak een klein half uurtje trekken. Roer ondertussen een paar keer met een lepel door de kan.
5. Na een half uur kun je de kerst sangria in de glaasjes schenken. Steek hier een rietje en lepel in zodat je het fruit ook lekker kunt opeten.

De volgende twee recepten herkennen jullie waarschijnlijk van de kerstmailing die jullie ontvangen hebben namens de gemeente. Dit zijn echte Mocktails. Mocktails zijn cocktails alleen dan zonder alcohol en dus lekker kidsproof. In deze mocktails zit Ginger ale. Ginger ale is een lekkere frisdrank die het minst ongezond is.

3. Appel ginger ale mocktail:

Ingrediënten 1 mocktail :

- 1/4^e Appel
- Kaneelpoeder
- ml Ginger ale (Royal club, maar je ook bij de lidl)
- Appelsap
- Kaneelstokje
- Ijsklontjes

1. Spoel de appel schoon en snijd in dunne plakjes. Bestrooi de plakjes appel met kaneelpoeder
2. Vul het glas met een handje ijsblokjes
3. Schenk het glas tot de helft vol met appelsap
4. Vul het glas vervolgens voor de rest aan met Ginger ale
5. Voeg 4 plakjes appel met kaneel toe en steek er 1 op de rand van het glas
6. Steek eventueel een kaneelstokje in het glas voor extra kaneelsmaak en ter decoratie

Kiwi, citrus Ginger ale Mocktail:

Ingrediënten 1 mocktail:

- 1/2^e Kiwi
- 1/2^e Limoen (of citroen)
- 1 klein takje Munt
- 75 ml Spa rood
- 100 ml Ginger ale
- ijsblokjes

1. Schil de kiwi en snijd in dunnen plakjes
2. Veeg de limoen of citroen schoon en snijd in dunne schijfjes
3. Doe een handje ijsblokjes, de plakjes van een halve kiwi, 3 plakjes limoen/citroen en een klein takje munt in een glas
4. Schenk de Spa rood (75 ml) in het glas en vul vervolgens aan met de 100 ml Ginger ale
5. Steek ter garnering een schijfje limoen op de rand van het glas

