



Diëtistenpraktijk  
De Snekens

Wendie Pluymers  
Kinderdiëtiste - Sportdiëtiste



## VALENTIJNPUDDING



### Ingrediënten (voor 8 personen):

- 750 ml soyadink rode vruchten
- 1 zakje vanillepuddingpoeder
- 1 bakje aardbeien van 500 g

### Bereidingswijze:

- Los het vanillepuddingpoeder op in een beetje soyadink rode vruchten.
- Breng de rest van de soyadink aan de kook en giet al roerend het opgeloste puddingpoeder toe tot het geheel indikt.
- Haal de pudding van het vuur en giet in een hartvormige mal op acht dessertbordjes.
- Laat het geheel opstijven in de koelkast.
- Was de aardbeien, snij ze in stukken en versier hiermee de pudding.
- Happy Valentine!