



Diëtistenpraktijk  
De Snekens

Wendie Pluymers  
Kinderdiëtiste - Sportdiëtiste



## ANANASCARPACCIO MET IJS

© Diëtistenpraktijk De Snekens



### Ingrediënten (voor 1 portie):

- 1 bol yoghurtijs met bosvruchten
- 1/3<sup>de</sup> verse ananas
- enkele verse kersen
- 1 el amandelschilfers
- enkele verse muntblaadjes



### Bereidingswijze:

- Schil de verse ananas en verwijder het middelste harde gedeelte.
- Snij vervolgens het eetbare gedeelte dat overblijft in 3, snij flinterdunne schijven van 1/3<sup>de</sup> van de ananas en schik deze op een groot bord als een ananascarpaccio.
- Schep vervolgens een bol yoghurtijs van bosvruchten in het midden op de ananasplakken.
- Ontpit de kersen en snij ze midden door (hou enkele kersen apart voor de afwerking) en schik de halve en hele kersen op het bord.
- Werk af met enkele blaadjes verse munt.
- Bak de amandelnippers drie tot vier minuten in een pot op het vuur en roer voortdurend om.
- Strooi de geroosterde amandelschilfers over het gerecht en dien op.
- Smakelijk!