



Diëtistenpraktijk  
De Snekens

Wendie Pluymers  
Kinderdiëtiste - Sportdiëtiste



## GRIESMEELPAP MET SOYAMELK, SINAASAPPEL EN ROZIJN



© Diëtistenpraktijk De Snekens

### Ingrediënten (voor 8 porties):

- 1 liter soyamelk natuur
- 75 g rijstgriesmeel
- 3 el Tagatesse
- 1 el gele rozijnen
- 1 sinaasappel, gepeld en in kleine stukjes gesneden

### Bereidingswijze:

- Breng de soyamelk samen met de rijstgriesmeel en de Tagatesse zoetstof aan de kook.
- Laat het geheel een paar minuutjes al roerend doorkoken tot de pudding indikt.
- Haal de griesmeelpap van het vuur en meng er de rozijnen en stukjes sinaasappel doorheen.
- Verdeel in 8 porties en dien op.
- Laat het smaken!