

## YOGHURT IN EEN POTJE



### **Ingrediënten (voor 1 portie):**

- 125 g Probiotische yoghurt bv. Probi+ (Hoeve De Ploeg)\*
- Stevia vloeibaar
- 125 g mengeling van bessen: blauwe bessen, rode bessen, frambozen, braambessen, aardbeien, ...

### **Bereidingswijze:**

- Meng de probiotische yoghurt met de Stevia (voeg toe naar smaak).
- Meng hier onder bessen, frambozen aardbeien, ... of ander fruit naar smaak en doe in een afgesloten potje. Ideaal om mee te nemen naar het werk of naar school als gezond tussendoortje.
- Eenvoudiger kan het niet zijn! Laat het smaken!

\* Probi+ is een probiotische yoghurt die werd ontwikkeld door Hoeve De Ploeg uit Blauwberg samen met de Hogeschool van Gent.