

SMAAKMAKERS

Een warme verfrissing Aardappel- appelpuree

 MEDIQ Tefa



Dit frisse puree zorgt voor wat afwisseling deze winter.
Een beetje inspiratie voor wat variatie.



INGREDIËNTEN

- 125 g fruitmoes in de smaak *appel, bijvoorbeeld Resource Energy Fruit appel*
- 1/2 aardappel, gekookt, in stukjes
- 1 el olijfolie
- 1 tl kerriepoeder



Heeft u zelf een lekker recept?
Mail naar voeding@mediqtefa.nl.

BEREIDING

1. Verwarm de fruitmoes.
2. Pureer de fruitmoes en stukjes aardappel met een mixer.
3. Voeg de olijfolie en kerriepoeder toe.
4. Mix het geheel nog enkele seconden.
5. Eet smakelijk!

Smaakmakers
van Mediq Tefa.
Dat is lekker!

T 030 282 12 22

voeding@mediqtefa.nl

www.mediqtefa.nl