



Appel-monstertjes

voor 30 traktaties / 115 kcal per stuk

- 5 groene appels
- citroensap
- 300 gram notenpasta 100%
- 50 gram pitten, zoals zonnebloem- of pijnboompitten
- 150 gram aardbeien
- 40-60 suikeroogjes

1. Was het fruit.
2. Snijd elke appel in 6 partjes en verwijder het klokhuis.
3. Bedruppel de partjes appel met citroensap tegen verkleuring.
4. Verwijder het kroontje van de aardbeien en snijd in dunne plakjes.
5. Snijd in elk stukje appel een mond en besmeer met de notenpasta.
6. Steek de pitten in de appels als tanden.
7. Leg een plakje aardbei als tong in de mond van het appelmonster.
8. Versier de monsters met 1 of 2 suikeroogjes.

Variatie

Gebruik in plaats van pitten (gehakte) noten of granaatappelpitten als tanden. Vervang de notenpasta door zuivelspread light of ricotta.

Tip

Maak je de traktatie eerder? Bewaar het in de koelkast.