



Regenboogspiesjes

voor 30 traktaties / 20 kcal per stuk

- ½ (water)meloen
- ½ ananas
- 150 gram witte druiven
- 150 gram blauwe druiven
- 100 gram blauwe bessen
- 5 mandarijnen
- Ster uitsteekvormpje
- Hart uitsteekvormpje
- 30 satéprikkers

1. Maak het fruit schoon.
2. Snijd de meloen en ananas in plakken. Steek met de uitsteekvormpjes 30 sterren uit de ananas en 30 hartjes uit de meloen.
3. Verdeel de mandarijnen in partjes.
4. Steek het fruit op de satéprikkers zodat een regenboog aan kleuren ontstaat.

Variatie

Kies voor fruit uit het seizoen. Varieer bijvoorbeeld met aardbeien, mango of kiwi.

Tip

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