



# Vitamineshake met blauwe bessen

## Benodigheden (2 personen)

200 gram blauwe bessen  
3 dl karnemelk  
2 bollen yoghurtijs of vanille-ijs

## Bereiden Vitamineshake met blauwe bessen

- Pureer de blauwe bessen met de staafmixer of in de blender.
- Voeg de karnemelk en het ijs bij de bessenpuree en mix tot de ingrediënten glad en schuimig zijn.
- Giet de drank in hoge koude glazen.
- (Leg de glazen een uur voor gebruik in de diepvries, ze zijn dan lekker koud en zien er mooi bedauwd uit.)
- Serveer de shake met rietjes of ijslepels.

## Variatietips

In plaats van karnemelk is melk of yoghurt ook heel lekker.  
Combineer blauwe bessen eens met nectarine, perzik, frambozen of bramen.