



7 VOORWOORD
8 ONTBIJTEN IS EEN FEESTJE!

10 CHICKSLOVEBREAKFAST!
12 HOE GEBRUIK JE DIT BOEK?

16 KEUKENGEREI



24 SMOOTHIES



46 ONTBIJT BOWLS



68 ONTBIJTGRANEN,
HAVERMOUTPAP
& BAKED OATS



100 EI



136 BROOD & BROODJES



174 WENTELTEEFJES



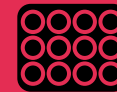
188 SPREADS



228 ONTBIJT TAARTEN
& -CAKES



256 PANNENKOEKEN
& PANCAKES



286 ONTBIJTMUFFINS
& -CAKEJES



314 WAFELS & SCONES



340 BREAKFAST
COOKIES & BARS



366 BANANENBROOD



388 FEESTDAGEN



416 KOFFIE

439 DANKWOORD
440 OVER CHICKSLOVEFOOD

442 RECEPTENINDEX
448 REGISTER

Meer recepten? Misschien zelfs voor andere momenten naast ontbijt?
Kijk op www.chickslovefood.com of op onze social kanalen.
@chickslovefood op Instagram, Facebook, Twitter, Pinterest en Youtube.



VOORWOORD

Ontbijten is zeg maar echt ons ding, want ontbijten betekent keer op keer de mogelijkheid om je dag op de meest lekkere manier te starten. Wat een feestje! En start je je dag lekker, dan gaat de rest van de dag meestal ook wel lekker. Dat is tenminste onze ervaring.

Een dikke eer vonden we het dan ook, dat we deze bijbel mochten maken. Om iedereen te inspireren om de dag te starten met een minifeestje aan tafel (of vooruit, op bed). Een eer om wéér een bijbel te mogen maken kunnen we trouwens beter zeggen, want we hebben ook al de Ovenbijbel op onze naam staan. En da's een hit geworden! En dat wordt deze Ontbijtbijbel vast ook. Want als je *Chickslovefood* een beetje kent, weet je dat onze recepten heel *doable* zijn. We houden van koken op een simpele, toegankelijke manier. Vers en met weinig benodigdheden. *Chickslovefood* geeft je al bijna vijftien jaar (!) dagelijks inspiratie voor snelle recepten met weinig ingrediënten. Ideaal voor drukke (thuis)moeders en -vaders, fulltime studenten en alles daartussenin. Onze *unique selling point* online en in onze kookboeken? We koken met maar vijf of zes ingrediënten. En natuurlijk kun je die recepten verder aankleden door meer ingrediënten toe te voegen, maar het hóéft niet. Onze recepten zijn al compleet in al hun eenvoud.

Dat is dan ook ons idee bij het ontbijt. Makkelijke, simpele recepten. Je hebt vaak maar 5 of 6 ingrediënten nodig, dat zul je zien als je door dit boek gaat bladeren. Een enkele keer een paar meer, maar de receptuur blijft eenvoudig. Doordeweeks gaan we trouwens vooral voor gezonde en snelle ontbijtjes, zoals een smoothie, eiergerecht, kom yoghurt of cracker met een origineel smeersel. En in het weekend willen we nog wel eens uitpakken met versgebakken bananenbroden, fluffy *blueberry pancakes* of krokante ontbijttaarten. YUM! Dit en nog veel en veel meer komt allemaal voorbij in deze Ontbijtbijbel, waardoor het absoluut het meest complete ontbijtboek te noemen is wat je maar kunt vinden.

Geniet van deze Ontbijtbijbel, wat een door en door *Chickslovefood*-boek is geworden!

Enjoy!

Liefs, Nina & Elise

ONTBIJTEN IS EEN FEESTJE!

Zoals eerder gezegd: ontbijten vinden wij een FEESTJE! Maar goed, wij weten als geen ander (drukke werkende mama's hier!) ook dat je niet iedere dag de tijd hebt om echt een uur aan je ontbijt te besteden. Geen probleem! Dit boek biedt het allemaal; van snel en simpel tot uitgebreid en origineel. Onze tip; maak eens een ontbijtplanning. Want of je nou haast hebt of niet, een goed, gezond en lekker ontbijt (of wat minder gezond in het weekend), zet wel echt de toon voor de rest van de dag. Gun jezelf dat lekkere ontbijtmoment, zelfs als je onderweg moet ontbijten kan je eerste maaltijd van de dag echt lekker zijn, zo leren we je in dit boek ;-). Enne, we zijn geen *wonder women*, ook bij ons schiet goed en lekker ontbijten er wel eens bij in, maar steeds als we het wél doen, komen we de dag zoveel lekkerder door!

Oké, terug naar die ontbijtplanning. Veel mensen maken een weekmenu met betrekking tot het avondeten, maar waarom zou je dat niet ook voor het ontbijt doen? Het ontbijt is immers de belangrijkste maaltijd van de dag, wordt vaak gezegd. Ga op een rustig moment in het weekend eens lekker zitten met deze Ontbijtbijbel en schrijf op welke snelle ontbijtjes je op werkdagen of drukke dagen gaat maken, en welke uitgebreidere ontbijtjes je voor in het weekend of een naderende feestdag inplant.

Enne, over weekend gesproken, hierbij nog een tip van de chicks; maak in het weekend lekker wat extra ontbijtporties om in te vriezen! Zo bakken wij vaak in het weekend een extra bananenbrood (zie hoofdstuk 13) om doordeweeks van te genieten (vries in per portie van bijvoorbeeld 2 plakjes!) of kies wat lekkers uit hoofdstuk 12 (breakfast cookies & bars) om een flinke batch van te maken waar je misschien zelfs de hele week plezier van kunt hebben.

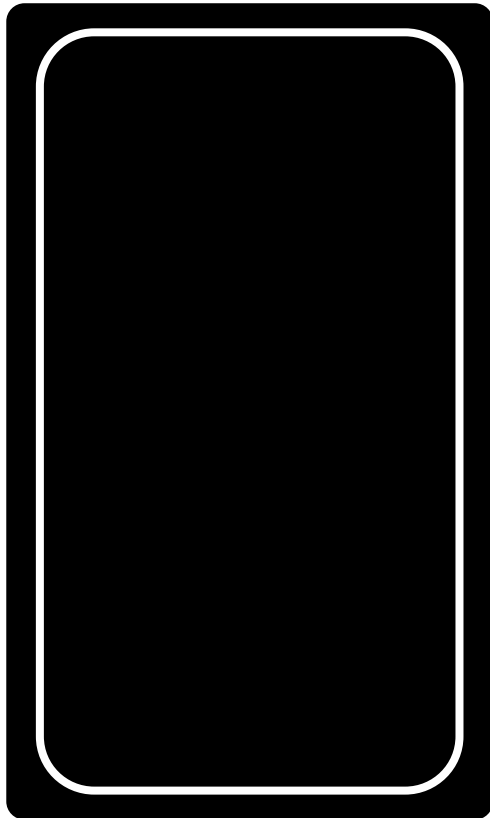
En hoe leuk is het om na de snelle ontbijtmomenten doordeweeks, ook je ontbijt-repertoire in het weekend eens uit te breiden. Maak een heerlijke croissantpudding of leer jezelf eens goed eggs benedict maken. Zelfs als recepten je ingewikkeld lijken, zijn ze dat niet ;-). Als wij het kunnen, kunnen jullie het ook.

Nogmaals; gun jezelf het plezier van een goede start van de dag, of jouw ideale ontbijtmoment nou om 06.30 uur is of je pas tegen 11.00 uur trek krijgt. Zorg ervoor dat je je niet alleen verheugt op die eerste kop koffie (ook goud waard overigens!), maar vanaf nu óók iedere dag opnieuw op die eerste maaltijd van de dag. *Hello, goodmorning!*



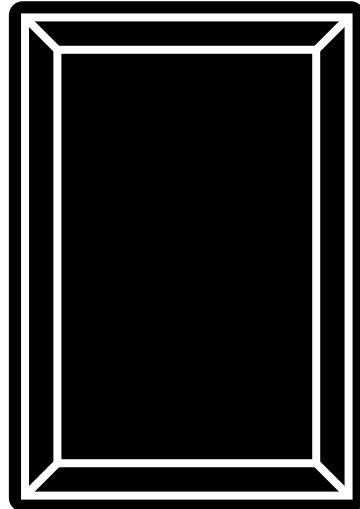
KEUKENGEREI

Bij het bereiden van al die heerlijke ontbijtgerechten in dit boek is het belangrijk om de juiste tools bij de hand te hebben. Hieronder vind je een lijst van keukengerie dat je nodig hebt om aan de slag te gaan. Deze items zijn verkrijgbaar bij elke kookwinkel of online.



Bakplaat

Een bakplaat is onmisbaar bij het bakken van allerlei lekkers in de oven. Zorg ervoor dat je oven standaard is uitgerust met een bakplaat.



Bakblik

Een bakblik is ideaal voor het bakken van heerlijke cakes en broden. Zorg ervoor dat je het blik goed invet of bekleedt met bakpapier voordat je begint. De exacte maat staat meestal aangegeven in het recept.

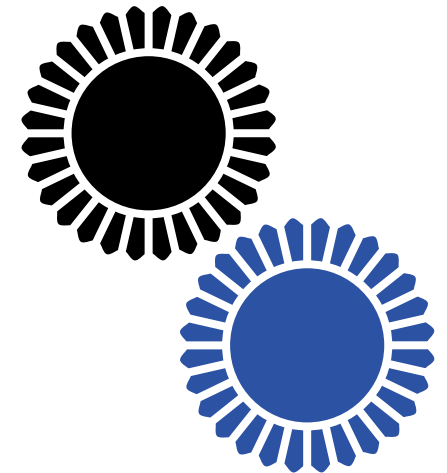


Blender

Je BFF als het gaat om het maken van smoothies en bowls.

Bakpapier

Gebruik bakpapier om te voorkomen dat je eten aan de bakplaat blijft plakken en om je bakplaat schoon te houden. Ook handig voor het bekleden van springvormen en cakevormen.



Cupcakevorm

Gebruik een siliconen of stalen cupcakevorm voor het maken van heerlijke ontbijtcupcakes. Als je een siliconen vorm gebruikt, hoef je de holtes niet in te vetten.



HAVERMOUTSMOOTHIE MET AARDBEIEN EN BASILICUM



1 Haal de kroontjes van de aardbeien.

2 Doe de aardbeien samen met de basilicum, komkommer, spinazie, haverhout en Griekse yoghurt in de blender en mix tot een gladde smoothie.

VOOR 2 PERSONEN

**BEREIDINGSTIJD:
5 MINUTEN**

INGREDIËNTEN

- 8 aardbeien, uit de diepvries
- 4 verse basilicumblaadjes
- ¼ komkommer
- handvol verse spinazie
- 4 el haverhout
- 6 el Griekse yoghurt

BENODIGDHEDEN

- keukenmes
- blender





ZOMERSE SMOOTHIEBOWL

1 Verwarm de oven voor tot 165 °C. Bekleed de bakplaat met bakpapier.

2 Meng de pecannoten met 2 eetlepels honing en 1 eetlepel warm water. Spreid de pecannoten uit over de bakplaat en bak 15 minuten in de oven. Schep om de 5 minuten om. Laat de pecannoten volledig afkoelen.

3 Doe het rode fruit, de banaan, de yoghurt en 1 eetlepel honing in de blender en mix tot een dikke smoothie. Verdeel de smoothie over 2 kommen.

4 Snijd de aardbeien in plakjes.

5 Garneer de smoothiebowl met de aardbeien, pecannoten, granola en kokosrasp.

VOOR 2 PERSONEN

BEREIDINGSTIJD:
10 MINUTEN
+ 15 MINUTEN OVENTIJD

INGREDIËNTEN

- handvol pecannoten
- 3 el honing
- 200 g rood fruit, uit de diepvries
- 1 banaan, bevroren en in plakjes
- 200 g volle yoghurt
- 6 aardbeien
- 40 g granola
- 10 g kokosrasp

BENODIGDHEDEN

- bakplaat
- bakpapier
- blender
- keukenmes



GEZONDERE CHOCOLADEGRANOLA

1 Verwarm de oven voor tot 175 °C. Bekleed de bakplaat met bakpapier.

2 Smelt de kokosolie in de steelpan.

3 Meng de havermout, noten, pompoenpitten, zonnebloempitten, het cacao-poeder en de gesmolten kokosolie in een grote kom.

4 Spreid de granola uit over de bakplaat en bak 15 minuten in de oven. Schep halverwege om.

5 Laat de granola helemaal afkoelen en bewaar in een goed afgesloten pot of bak.

VOOR 2 PERSONEN

BEREIDINGSTIJD:
5 MINUTEN
+ 15 MINUTEN OVENTIJD

INGREDIËNTEN

- 3 el kokosolie
- 150 g havermout
- 150 g gemengde, ongezoeten en ongebrande noten
- 25 g pompoenpitten
- 25 g zonnebloempitten
- 2 el cacao-poeder

BENODIGDHEDEN

- bakplaat
- bakpapier
- steelpan

EI IN AVOCADO

- 1 Verwarm de oven voor tot 200 °C. Bekleed de bakplaat met bakpapier.
- 2 Halveer de avocado in de lengte en wip de pit eruit. Leg de avocadohelften met de snijkant naar boven op de bakplaat. Hol de avocado's iets uit met een lepel, zodat er een groter gat ontstaat. Breek in elk gat een ei.
- 3 Verkruiemel de feta boven de eieren. Snijd de speltboterhammen in repen en leg naast de avocado's op de bakplaat.
- 4 Bak de avocado's en het brood 12 minuten in de oven, of tot het eiwit gestold maar het eigeel nog zacht is.
- 5 Snijd intussen de bieslook fijn.
- 6 Verdeel de avocado's en broodsoldaatjes over 2 borden en garneer de avocado's met de bieslook en granaatappelpitjes.

VOOR 2 PERSONEN

BEREIDINGSTIJD:
20 MINUTEN
+ 12 MINUTEN OVENTIJD

INGREDIËNTEN

- 1 avocado
- 2 eieren
- 125 g feta
- 2 speltboterhammen
- handvol verse bieslook
- 80 g granaatappelpitjes

BENODIGDHEDEN

- bakplaat
- bakpapier
- keukenmes



BRIOCHE TOMPOUCE



1 Halveer het vanillestokje in de lengte en schraap het merg eruit. Meng het merg met het stokje en de melk in de steelpan. Breng aan de kook, draai het vuur laag en laat 5 minuten trekken.

2 Klop de eidooier met de suiker en maïzena in een kom tot een glad mengsel. Haal het vanillestokje uit de melk en schenk de melk, al kloppend, langzaam bij het eimengsel. Schenk het mengsel terug in de steelpan en verwarm op laag vuur, al kloppend, tot het is ingedikt tot custard.

3 Schenk de custard in een diep bord en leg wat vershoudfolie direct op de custard om te voorkomen dat er een velletje op komt. Laat de custard volledig afkoelen in de koelkast.

4 Pureer de helft van de frambozen met de staafmixer en duw door een zeef om de pitjes te verwijderen. Roer de poedersuiker door de frambozenpuree tot een glad glazuur.

5 Bestrijk 2 sneden brioche met een laag gele room. Dek af met de overige sneden brioche en schenk daar het frambozenglazuur over.

VOOR 2 PERSONEN

BEREIDINGSTIJD:
45 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 1 vanillestokje
- 250 ml volle melk
- 1 eidooier
- 50 g suiker
- 25 g maïzena
- 25 g frambozen
- 100 g poedersuiker
- 4 sneden brioche
- kant-en-klare slagroom, om mee te garneren

BENODIGDHEDEN

- keukenmes
- steelpan
- garde
- vershoudfolie
- staafmixer
- zeef



CHOCOLADEPASTA



Je eigen Nutella!

1 Meng alle ingrediënten in de keukenmachine of blender en mix tot een dikke pasta. Voeg eventueel meer melk toe als de pasta te dik is, en voeg naar smaak meer cacao poeder of honing toe.

2 Bewaar de chocoladepasta in de koelkast.

Tip: Liever geen hele pure chocoladesmaak? Voeg dan wat minder cacao toe. Mag het wel wat puurder? Dan voeg je juist meer cacao toe!

VOOR 1 POTJE
BEREIDINGSTIJD:
5 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 100 g cacao poeder
- 4 el hazelnootpasta (zie pag. 193)
- 125 ml honing
- scheutje hazelnootmelk

BENODIGDHEDEN

- keukenmachine of blender



ONTBIJTTAART MET AARDBEIEN

1 Verwarm de oven voor tot 170 °C. Bekleed de bodem van de springvorm met bakpapier en vet de randen in met wat boter.

2 Hak de hazelnoten grof. Snijd de boter in blokjes.

3 Meng de hazelnoten met de boter, het havermeel, de havervlokken en 3 eetlepels honing in een kom en kneed tot een deeg. Schep het deeg in de springvorm en duw stevig tegen de bodem en de zijkanten aan. Bak de bodem 25 minuten in de oven. Laat iets afkoelen.

4 Vul de taartbodem met de kwark. Snijd de aardbeien in plakjes en verdeel over de taart. Besprenkel met de overige honing.

VOOR 1 TAART

BEREIDINGSTIJD:
20 MINUTEN
+ 25 MINUTEN OVENTIJD

INGREDIËNTEN

- 95 g hazelnoten
- 100 g boter, plus extra om mee in te vetten
- 150 g havermeel of gemalen havermout
- 75 g havervlokken
- 6 el honing
- 250 ml kwark
- 400 g aardbeien

BENODIGDHEDEN

- springvorm van 24 cm
- bakpapier
- keukenmes



APPLE CRUMBLE PANCAKES



Liefhebbers van pannenkoeken én appel-kruimel opgelet! Deze combi is namelijk bijzonder goed. Heerlijk voor op een luie zondagochtend!

- 1 Verwarm de oven voor tot 180 °C. Bekleed de bakplaat met bakpapier.
- 2 Schil de appel en snijd in blokjes.
- 3 Verhit wat olie in de koekenpan. Bak de appelblokjes met 2 eetlepels suiker 10 minuten, tot de appel zacht en gekaramelliseerd is.
- 4 Smelt intussen 80 gram boter in de steelpan.
- 5 Meng 200 g bloem in een kom met 4 eetlepels suiker, het bakpoeder, ei en de gesmolten boter. Voeg 400 ml melk toe en klop tot een glad beslag.
- 6 Meng de overige bloem met de overige suiker en de overige boter in een kommetje en kneed tot een kruimelig deeg. Verspreid het deeg met de walnoten over de bakplaat en bak 10 minuten in de oven, tot de kruimels goudbruin zijn.
- 7 Verhit wat olie in de koekenpan en schep met een lepel 3 hoopjes beslag in de pan. Bak de pancakes in 5 minuten aan beide kanten goudbruin en gaar. Leg de pancakes op een bord en herhaal met het overige beslag.
- 8 Smelt de fudge met de overige melk in de steelpan. Roer regelmatig door.
- 9 Garneer de pancakes met de appel, kruimels en de karamelsaus.

VOOR 2 PERSONEN

BEREIDINGSTIJD:
30 MINUTEN
+ 10 MINUTEN OVENTIJD

INGREDIËNTEN

- 1 appel
- 7 el suiker
- 130 g boter
- 250 g bloem
- 2 tl bakpoeder
- 1 ei
- 450 ml halfvolle melk
- handvol walnoten
- 100 g fudge
- neutrale olie, om in te bakken

BENODIGDHEDEN

- bakplaat
- bakpapier
- keukenmes
- koekenpan
- steelpan





ONTBIJTMUFFINS MET EI EN SPINAZIE

Een goed begin is het halve werk, niet? Met deze verantwoorde ontbijtmuffins met ei en spinazie gaat dat eerste gedeelte zeker lukken!

VOOR 8 MUFFINS
BEREIDINGSTIJD:
5 MINUTEN
+ 25 MINUTEN OVENTIJD

INGREDIËNTEN

- 2 lente-uien
- 75 g verse spinazie
- 40 g feta
- 6 eieren
- boter of olie, om mee in te vetten
- zout en peper

BENODIGDHEDEN

- muffinbakvorm met minimaal 8 holtes
- keukenmes

1 Verwarm de oven voor tot 180 °C. Vet 8 holtes van de muffinbakvorm in met boter of olie.

2 Snijd de lente-ui in dunne ringen. Hak de spinazie grof. Verkruimel de feta.

3 Klop de eieren los in een kom en breng op smaak met zout en peper.

4 Verdeel de spinazie en lente-ui over de muffinbakvorm, schenk het ei erover en bestrooi met de feta.

5 Bak de ontbijtmuffins 25 minuten in de oven, of tot ze goudbruin en gaar zijn.

Tip: Deze muffins zijn ook top voor het *meal-preppen*! Bewaar ze in de vriezer en je hebt altijd een ontbijtje to go.

HARTIGE GROENE ONTBIJTWAFELS

1 Verwarm de oven voor tot 180 °C. Vet de wafelbakvormen in met wat boter of olie.

2 Meng de spinazie met de eieren, speltbloem, melk en het bakpoeder in de blender en mix tot een glad beslag.

3 Verdeel het beslag over de wafelbakvormen en bak de wafels 15 tot 20 minuten in de oven.

4 Snijd intussen de bieslook fijn en roer door de cottage cheese. Breng op smaak met zout en peper.

5 Garneer de wafels met de cottage cheese.

Tip: Je kunt natuurlijk ook een wafelijzer gebruiken!

VOOR 2 PERSONEN

BEREIDINGSTIJD:
5 MINUTEN
+ 20 MINUTEN OVENTIJD

INGREDIËNTEN

- 130 g verse spinazie
- 2 eieren
- 150 g volkoren speltbloem
- 100 ml melk naar keuze
- 1 tl bakpoeder
- 10 sprietjes bieslook
- 100 g cottage cheese
- boter of olie, om mee in te vetten
- zout en peper

BENODIGDHEDEN

- 4 wafelbakvormen
- blender



GRANOLAREPEN MET ABRIKOOS EN KOKOS

Maak je wel eens granola? Met slechts een paar aanpassingen van dit recept, kun je heerlijke ontbijtrepn maken!

- 1 Verwarm de oven voor tot 180 °C. Bekleed de bakplaat met bakpapier.
- 2 Halveer het vanillestokje in de lengte en schraap het merg eruit.
- 3 Smelt de kokosolie met de honing in de steelpan.
- 4 Meng het havermeel, de havervlokken, zonnebloempitten, kokosvlokken, het vanillemerg en het kokos-honingmengsel met wat zout in een kom. Meng tot een stevig deeg.
- 5 Hak de abrikozen en amandelen grof. Roer door het deeg.
- 6 Schep het deeg op de bakplaat en druk stevig aan. Bak 20 minuten in de oven.
- 7 Laat afkoelen en snijd dan in 8 repen.

VOOR 8 REPEN

BEREIDINGSTIJD:
10 MINUTEN
+ 20 MINUTEN OVENTIJD

INGREDIËNTEN

- 1 vanillestokje
- 70 g kokosolie
- 225 g honing
- 125 g havermeel of gemalen havermout
- 125 g havervlokken
- handvol zonnebloempitten
- handvol kokosvlokken
- 15 gedroogde abrikozen
- handvol amandelen
- zout

BENODIGHEDEN

- bakplaat
- bakpapier
- keukenmes
- steelpan





BOUNTY BANANENBROOD

Bounty-lovers opgelet: dit bananenbrood wordt je nieuwe favoriet!

- 1 Verwarm de oven voor tot 170 °C. Bekleed de cakevorm met bakpapier.
- 2 Smelt de kokosolie in de steelpan.
- 3 Meng de bananen, het speltmeel, de kokosolie, het bakpoeder, de eieren, honing en 100 gram kokosrasp in de keukenmachine en mix tot een glad beslag.
- 4 Schenk het beslag in de cakevorm en bak in 55 minuten goudbruin en gaar. Laat het bananenbrood helemaal afkoelen.
- 5 Breng een laagje water in de steelpan aan de kook. Zet een hittebestendige kom op de pan en smelt daarin de chocolade.
- 6 Verdeel de gesmolten chocolade over het bananenbrood en bestrooi met de overige kokosrasp. Zet het bananenbrood 10 minuten in de koelkast zodat de chocolade hard kan worden.

VOOR 1 BROOD

BEREIDINGSTIJD:
10 MINUTEN
+ 55 MINUTEN OVENTIJD
+ 10 MINUTEN WACHTTIJD

INGREDIËNTEN

- 4 el kokosolie
- 3 rijpe bananen
- 200 g speltmeel
- 1½ tl bakpoeder
- 3 eieren
- 2 el honing
- 150 g kokosrasp
- 75 g pure chocolade

BENODIGDHEDEN

- cakevorm van 10 x 23 cm
- bakpapier
- steelpan
- keukenmachine



NUTELLA KERSTBOOM



1 Verwarm de oven voor tot 200 °C. Bekleed de bakplaat met bakpapier.

2 Rol het bladerdeeg uit en snijd in 2 even grote driehoeken. Leg 1 van de driehoeken op de bakplaat, bestrijk met de Nutella en dek af met de andere driehoek. Snijd aan de onderkant 2 stukken weg zodat er een boomstam ontstaat.

3 Snijd de kerstboom aan beide kanten in, maar snijd niet helemaal door, zodat je aan beide kanten van de kerstboom repen hebt die aan het midden nog aan de kerstboom vast zitten. Draai de repen als een twister om.

4 Klop het ei los en bestrijk de kerstboom met het ei. Bak de kerstboom 30 minuten in de oven. Laat iets afkoelen en bestrooi met de poedersuiker.

VOOR 1 KERSTBOOM

BEREIDINGSTIJD:
20 MINUTEN
+ 30 MINUTEN OVENTIJD

INGREDIËNTEN

- 2 rollen koelvers bladerdeeg
- 6 el Nutella
- 1 ei
- 1 el poedersuiker

BENODIGDHEDEN

- bakplaat
- bakpapier
- keukenmes

SANDWICHTAART MET GEROOKTE ZALM

1 Breng ruim water in de pan aan de kook en kook de eieren in 8 minuten hard. Laat schrikken onder koud stromend water en pel de eieren.

2 Snijd de eieren in plakjes. Snijd de radijsjes en de komkommer in dunne plakjes. Hak de helft van de dille fijn.

3 Meng de dille met de boter en de geraspte mierikswortel in een kom en breng op smaak met zout en peper.

4 Snijd de korst van de boven- en onderkant van het brood en snijd de rest van het brood in de lengte in 3 lange plakken.

5 Bestrijk de plakken brood met de mierikswortelboter. Beleg 2 plakken brood met de zalm, wat komkommer en wat plakjes ei. Leg de plakken op elkaar en dek af met de laatste plak brood. Leg daar de radijsjes en de rest van de komkommer op en bestrooi met de rest van de dille.

VOOR 1 TAART
BEREIDINGSTIJD:
15 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 3 eieren
- 50 g radijsjes
- 1 komkommer
- handvol verse dille
- 250 g boter, op kamertemperatuur
- 2 el geraspte mierikswortel
- 1 ongesneden casinobrood
- 200 g gerookte zalm
- zout en peper

BENODIGDHEDEN

- pan
- keukenmes



DALGONA KOFFIE



1 Meng de oploskoffie, suiker en 4 eetlepels heet water in een kom en klop met de mixer in 5 minuten tot een dik en glanzend mengsel.

2 Schenk de melk in 2 glazen, voeg de ijsblokjes toe en schep daar de koffiecàrème op.

Tip: Roer voor het drinken nog even goed door!

VOOR 2 PERSONEN

**BEREIDINGSTIJD:
10 MINUTEN**

INGREDIËNTEN

- 4 el oploskoffie
- 4 el suiker
- 300 ml melk
- 10 ijsblokjes

BENODIGDHEDEN

- mixer

