



Ponche de Frutas

Een makkelijk en gezond drankje met een Zuid-Amerikaans tintje

Deze Mexicaanse fruitpunch is heerlijk rijk van smaak en exotisch, terwijl de ingrediënten eenvoudig zijn. Een lekker feestelijk drankje voor een zomerse dag.

Duratie	: 30 minuten
Vorbereidingstijd	: n.v.t
Ontwikkelingsgebied	: Creatieve ontwikkeling
Doelgroep	: Kleuter (4 tot 6 jaar), 6-8 jaar, 8-12 jaar
Soort activiteit	: Eten en drinken
Groepsgrootte	: Individueel, Groep tot 3 kinderen, Groep tot 10 kinderen, Groep meer dan 10 kinderen



Wat heb je nodig?

Voor ongeveer 20 kinderen

- 1 liter sterke zwarte thee
- 200 gr kristalsuiker
- 3 sinaasappels, geperst
- 3 citroenen, geperst
- 225 gr pitloze groene druiven, gehalveerd
- 225 gr pruimen, pit verwijderd en fijngesneden
- 1 ananas, geschild, hart verwijderd en in stukjes
- Gecrusht ijs

Hoe maak je ponche de frutas?

1. De thee bereiden, theezakjes verwijderen en suiker toevoegen. Roeren tot de suiker is opgelost. In de koelkast koud laten worden.
2. Sinaasappelsap, citroensap, druiven, pruimen en ananas in een grote punchschaal vermengen.
3. Suiker en theemengsel erdoor roeren en gecrushed ijs toevoegen.

Serveer het drankje in glazen of doorzichtige plastic bekertjes.





Variaties

Dit recept is een traditioneel recept maar uiteraard kun je volop variëren met het fruit dat jij voorhanden hebt!

Zet op het glas een schijfje citroen, sinaasappel of stukje ananas voor een leuk zomers effect.

