

mangosap



**water**

1,5 liter

**mango**

4x rijpe mango's

**citroen**

2x

**verzamel**





blender

kan

plank

mes

citraenpers

gebruik



mango

**schil**

Schil de mango's. Vraag hulp aan de leerkracht.

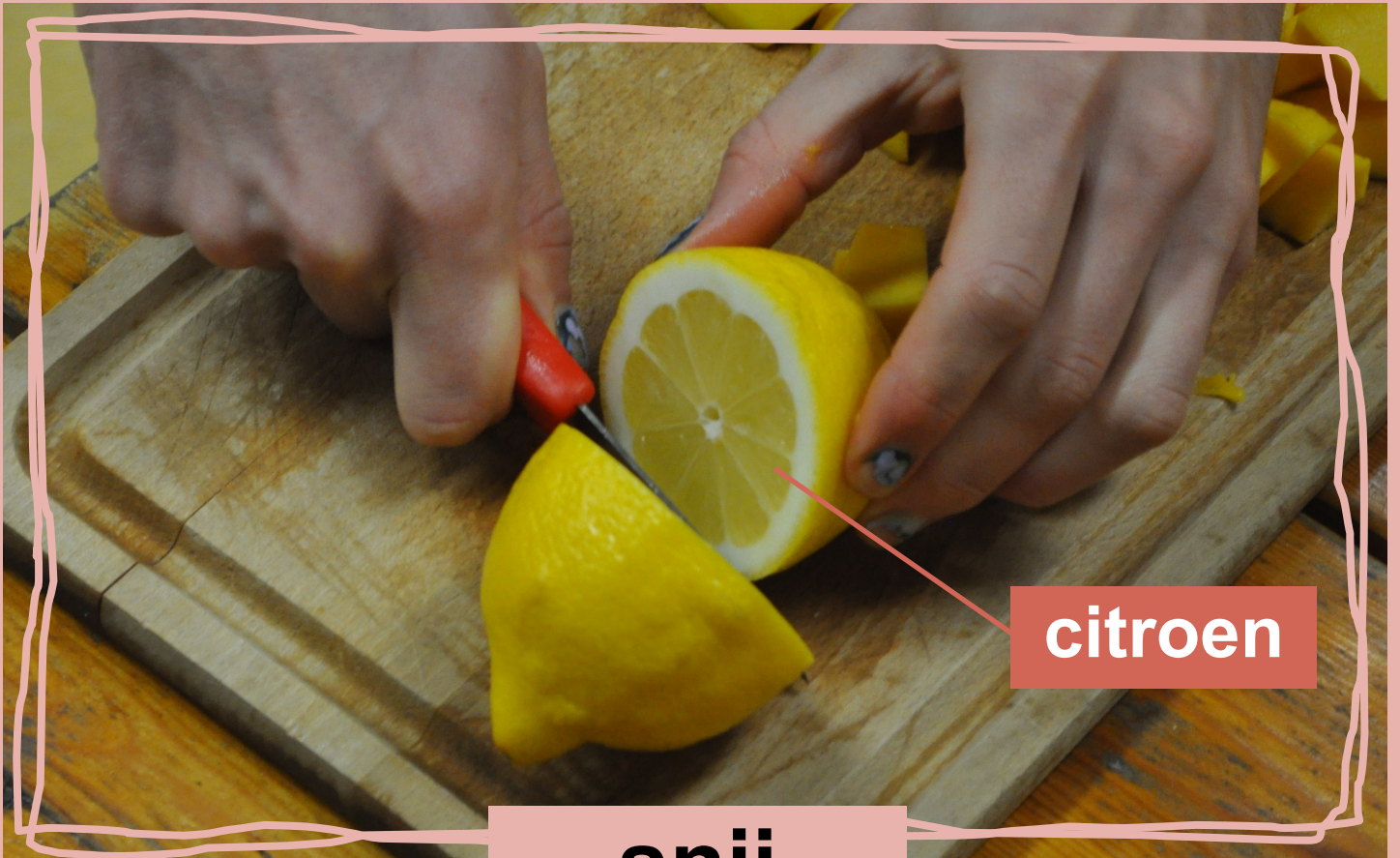




mes

**snij**

Snij de mango's in stukken.



**citroen**

**snij**

Snij de citroenen in twee.





# pers

Pers het sap uit de citroenen.

**citroensap**

**mango**



**in de blender**

Doe de stukken mango en het citroensap in de blender.





**water**

**erbij**

Giet het water in de blender.



**mix**

Zet de blender op. Laat minstens 2 minuten mixen.





kan

**giet**

Giet het sap in een kan. TIP: wil je extra fijn sap, giet het dan door een zeef.



**klaar**

Schenk het sap uit in glazen. Je kan er nog ijsblokjes in doen.





# samen aan tafel

Drink het mangosap samen met de pindapasta en de maïsbroodjes. Smakelijk!