



# Kookweb.be

## Waterijsjes.

### Benodigdheden:

- 800 ml puur vruchtensap - bijvoorbeeld sinaasappel- cranberry- of perensap of een bodempje pure vruchtensiroop aangelengd met water
- Kom
- Lepel
- IJslollyvormpjes - 10 stuks
- Vriezer
- Pers (optioneel)
- 200 gram basterdsuiker (optioneel)

### Bereiding:

Waterijs is eigenlijk niet meer dan bevroren vruchtensap of –siroop dat eventueel gezoet is met suiker. Om van je waterijs geen caloriebom te maken, kun je het beste puur vruchtensap of –siroop gebruiken: sap dat alleen natuurlijke suikers bevat en geen toegevoegde suikers. Helemaal lekker is het als je de vruchten zelf perst. Dit kun je bijvoorbeeld doen met sinaasappels, grapefruits, citroenen en limoenen. Van vruchten zoals peren, appels, cranberry's, bessen en druiven, kun je in de meeste supermarkten of natuurwinkels flessen puur sap of siroop kopen. Kies je favoriete vruchtensap en schenk zo'n 800 ml ervan in een kom. Je kunt ook sappen combineren. Cranberry- met sinaasappelsap is bijvoorbeeld een heerlijke combinatie. Net zoals peren- en appelsap. Als je liever vruchtensiroop gebruikt in plaats van sap, dan heb je slechts een klein beetje nodig. Je lengt het bodempje siroop vervolgens aan met water totdat je een hoeveelheid hebt van 800 ml. Dit is genoeg voor ongeveer 10 waterijsjes. Sommige vruchtensappen kunnen wat zuur zijn. Door wat suiker aan het sap toe te voegen, kun je de zure kantjes van het sap afhalen. Hou je juist van dat zure, laat dan de suiker achterwege. Of als je liever niet te veel suiker binnenkrijgt, kies dan voor een wat zoetere vrucht zoals peren of aardbeien. Voor het zoeten van het vruchtensap kun je het beste basterdsuiker gebruiken. Basterdsuiker heeft een veel fijnere structuur dan kristalsuiker. Je waterijsjes vormen hierdoor meer een geheel, ze worden gladder. Als je waterijsjes maakt van de wat zuurdere vruchtensappen zoals cranberry- of grapefruitsap, kun je 200 gram basterdsuiker toevoegen als je 800 ml sap gebruikt. Doe de suiker bij het sap in de kom en roer tot de suiker volledig is opgelost. Bij kookwinkels kun je ze krijgen, maar ook bij huishoudzaken als de Blokker of Xenos vind je de plastic ijslollyvormpjes. Spoel de vormpjes af en maak ze droog. Vul ze vervolgens met het vruchtenmengsel en steek de stokjes erin. En dan moet de vriezer zijn werk gaan doen: plaats de vormpjes in het vriesvak en haal ze er pas weer uit als de lolly's volledig bevroren zijn. Hoe lang dat duurt, hangt af van de vrieskracht van je apparaat, maar meestal zijn je lolly's wel na een uurtje of drie klaar. Likken en genieten maar!

**Aantal personen:** 10

**Recept rubriek:** Kindergerechten