

# Ongezoete vruchtenspread



Deze lekkere zoete vruchtenspread is een prima te gebruiken in plaats van jam. In principe kun je alle soorten fruit gebruiken. Voor deze spread heb ik bramen gebruikt.

## INGREDIENTEN

100-150 gram vers fruit of ontdooide diepvriesfruit  
1,5 eetlepel chiazaad

## BEREIDING

Maak het fruit schoon of ontdooi het. Doe het in een maalbeker of mal het met de staafmixer. Roer er 1,5 eetlepel chiazaad door. Stop alles in een schoon glazen potje en laat dit in de koelkast een paar uur staan. Is de spread nog te dun voeg dan kun je nog wat extra chiazaad toevoegen. De vruchtenspread bewaar je in de koelkast. Deze blijft een dag of vijf goed in de koelkast. Maak dus niet te veel in één keer.

## *Variatietip:*

*Erg lekker wordt de spread van mango, ananas, aardbei, rode aalbessen, bosvruchten of andere bessen. In dit recept kun je alle soorten fruit gebruiken die ook in traditionele jam gebruikt worden!*