



HET OOG VOOR LEKKERS

GEDICHT

Wil jij schuilen, fruitsmuller?
Of verlang je buikje naar een **groentestorm**?
Knapperig als radijs, stuntelig als selderij?
Bloemcool of koel komkommerstukje
met glanzende tomaatjes bij.



Fitter met elke perenbeet,
geen pruillip maar pruimenhapje,
gezond vanaf de startmeet
met een energiek appelpartje.

Slokjes, plakjes, bakjes,
potjes, hapjes, hartjes.



Zoet of zurig met **yoghurt die voorbij skiet**.
Rabarberbergtijd, de mondholte naar benee,
Neem je bessen in yoghurt
of toch een wortel mee?
Proefritje naar je maag...
als een fruiter op een **paardbei**
die binnenrijdt.



Glaasje melk tussendoor, of
ben je eerder **paprikarakter**?
Stralende glimlach
naar 'n gezonde snack snakken,
Bij elke vieruurtje bananenchill,
sinaastenliefde voor je buik
die vrucht en vriendjes wil.



Groente, fruit, melk en yoghurt zodat
gezonde energie binnenin staat te trappelen,
buiten wil, zoals het bos kracht boost,
wanneer je gaat wandelen.



Fruittoet, moestuit,
zo vrolijk dat je lichaam fluit,
yoghurtpotje, melkslokje,
kersenbakje, perenplakje,
appelpartje, bloemkoolhapje,
wortel- of frambozenhartje.