



Appelslof met amandelspijs

BY ORGANIC HAPPINESS



Wat je nodig hebt:

80 gram kokosolie
150 gram havermeel
190 gram amandelmeel
1 ei
10 gram bakpoeder
80 gram kokosolie
5 gram vanille extract
5 Medjool dadels
8 gram citroensap
3 appels
25 gram hazelnoten
25 gram amandelen
20 gram honing
Amandelschaafsel

BEZOEK VOOR JE WEKELIJKSE DOSIS RECEPTEN
WWW.ORGANICHAPPINESS.NL



Appelslof met amandelspijs

BY ORGANIC HAPPINESS



Hoe je het maakt:

Verwarm de oven voor op 175 graden. Smelt de kokosolie in een pannetje langzaam op laag vuur. Doe het havermeel, 100 gram van het amandelmeel, het ei, bakpoeder, kokosbloesemsuiker en het vanille extract in een mengkom. Voeg daar vervolgens de gesmolten kokosolie aan toe en roer tot een stevig deeg. Vet de randen van de sloffenvorm in. Verdeel het deeg over het bakpapier in de sloffenvorm.

Ontpit de dadels, doe die in de keukenmachine met het citroensap en de rest van het amandelmeel (90 gram). Mix tot een plakkerig spijs en verdeel over de bodem van de slof. Bak in 25 minuten gaar. Schil ondertussen de appels, snijd in blokjes. Doe in een mengkom. Hak de noten vervolgens grof, voeg ook die toe aan de kom met vervolgens een snuf kaneel en de honing. Roer goed door elkaar en rooster vervolgens in een droge koekenpan. Als de slof klaar is, laat je die een beetje afkoelen, voordat je het appel-notenmengsel eroverheen verdeelt. Bestrooi de appelslof eventueel nog met een beetje amandelschaafsel en je kunt van deze heerlijke slof gaan genieten!



BEZOEK VOOR JE WEKELIJKSE DOSIS RECEPTEN
WWW.ORGANICHAPPINESS.NL