



# Citroen maanzaad flensjes

BY ORGANIC HAPPINESS



## Wat je nodig hebt:

- 30 gram kokosolie
- 5 eieren
- 240 milliliter havermelk
- 130 gram speltmeel
- 1 vanillestokje
- 120 milliliter water
- Rasp van 1 citroen
- 12 gram maanzaad
- 175 milliliter citroensap
- 60 milliliter ahornsiroop



# Citroen maanzaad flensjes

BY ORGANIC HAPPINESS



## Hoe je het maakt:

Smelt de kokosolie in een pannetje op laag vuur. Doe ondertussen 2 van de eieren in een mengkom. Voeg daar de havermelk en het speltmeel aan toe. Snijd het vanillestokje in de lengte door en haal het merg eruit, doe dat ook in de kom, samen met het water en de citroenrasp. Voeg tot slot de gesmolten kokosolie toe en roer het geheel tot een glad en dun beslag.

Verwarm een klontje kokosolie in een koekenpan. Giet 60 milliliter van het beslag in de pan en bak het flensje op middelhoog vuur. Als de randjes bruin worden, kun je ze omdraaien en nog 1 minuut aan de andere kant bakken.

Ondertussen dat de flensjes bakken, kun je met de lemon curd aan de slag. Mix hiervoor de overige 3 eieren met het citroensap en de ahornsiroop goed door elkaar. Zet vervolgens 8 minuten op laag vuur om te pruttelen.

Zeef vervolgens de lemon curd en zet in de koelkast om verder op te stijven. Als je alle flensjes hebt gebakken, kun je ze decoreren met een beetje citroenrasp en dippen in de lemon curd.



BEZOEK VOOR JE WEKELIJKSE DOSIS RECEPTEN  
[WWW.ORGANICHAPPINESS.NL](http://WWW.ORGANICHAPPINESS.NL)