



Yoghurttaart met blauwe bessen

BY ORGANIC HAPPINESS



Wat je nodig hebt:

- 100 gram kokosolie
- 125 gram (glutenvrije) havermout
- 125 gram (glutenvrij) havermeel
- 200 gram ahornsiroop
- 100 gram blauwe bessen
- 500 gram (lactosevrije) yoghurt
- 3 eieren

BEZOEK VOOR JE WEKELIJKSE DOSIS RECEPTEN
WWW.ORGANICHAPPINESS.NL



Yoghurttaart met blauwe bessen

BY ORGANIC HAPPINESS



Hoe je het maakt:

Verwarm de oven voor op 165 graden. Smelt de kokosolie langzaam in een pannetje op laag vuur. Doe ondertussen het havermeel met de havermout in de keukenmachine. Voeg daar 90 gram van de ahornsiroop en de gesmolten kokosolie aan toe en mix tot een plakkerig geheel voor de bodem. Vet de randen van de springvorm in en doe een bakpapiertje in de springvorm. Verdeel het havermoutmengsel over de bodem en druk goed aan.

Doe de yoghurt met 60 gram van de ahornsiroop in een mengkom of de keukenmachine en klop met de eieren tot een luchtig geheel. Verdeel vervolgens over de bodem in de springvorm. Mix daarna de blauwe bessen met de rest van de ahornsiroop (50 gram) in de keukenmachine tot een soort jam. Doe het blauwe bessen mengsel in het yoghurtmengsel. Verdeel met een vork of satéprikker zodat je een swirl effect krijgt. Bak vervolgens 50 minuten in een voorverwarmde oven. Laat helemaal afkoelen en daarna nog 2 uur opstijven in de koelkast. Hierna kun je genieten van deze ontbijttaart met blauwe bessen.



BEZOEK VOOR JE WEKELIJKSE DOSIS RECEPTEN
WWW.ORGANICHAPPINESS.NL