



GEPOFTE QUINOA

Ingrediënten

- Quinoa
- Honing

Bereiding

- Zet een pan op het vuur en laat deze tamelijk heet worden.
- Strooi de quinoa erin, deksel erop en enkele seconden laten puffen
- Haal van het vuur, laat even afkoelen en roer er een lepelje honing onder.
- Smeer uit op bakpapier of siliconenmat en laat opstijven
- In stukken breken en te gebruiken als garnering op bv. ontbijtgranen

MAÏS-KIKKERERWT BROOD

Ingrediënten

- 100 gr maïsmeel
- 100 gr kikkererwtmeel
- 3 gr zout
- 4 gr gist
- 2 eieren
- 10 gr kokosolie

- Meng het meel met het zout
- Voeg water bij tot een dik, half-vloeibaar deeg
- Roer er de eieren en de kokosolie door
- Vervolgens de gist ondermengen
- Laat een tweetal uren rijzen en bak dan af op 180 graden



MOELLEUX CHOCOLAT CUPCAKES



Ingrediënten

- 20 gr rijstmeel
- 25 gr kokosmeel
- 35 gr kokosbloesemsuiker
- 3 gr bakpoeder
- 25 gr raw cacao poeder
- 40 gr raw cacao boter
- 30 gr ahorn siroop
- 60 gr vegan zwarte chocolade (minstens 70%)
- 30 gr appel-mango compote (of peer, of iets dergelijks)
- 3 gr vanille extract
- 150 ml kokosroom

Bereiding

- Meng het meel met de kokosbloesemsuiker, het bakpoeder en de cacao poeder
- Smelt de cacao boter en de chocolade op een heel laag vuurtje
- Ahornsiroop en vanille extract toevoegen
- Appel-mango compote onderroeren
- Meng vervolgens het chocolade mengsel onder het meel mengsel en roer er voorzichtig de kokosroom lepel per lepel door
- Schep in cupcake vormpjes en bak 30 minuten af op 150 graden.
- De cupcakes zullen nog zacht zijn, ze harden verder tijdens het afkoelen

