



PURE CHOCOLADE FRAMBOZEN SINAASAPPEL TRUFFELS

... Ingrediënten ...

- 126 g pure chocolade (65%)
- 4 eetlepels amandelmelk
- 1 theelepel kokosolie, geraffineerd
- 2 eetlepels esdoornsiroop
- 1/2 theelepel amandelextract
- 1 druppel Wilde Sinaasappel olie
- Gevriesdroogde frambozen (of gevriesdroogde frambozenpoeder)

... Instructies ...

1. Mix de amandelmelk, kokosolie, esdoornsiroop en amandelextract in een klein sauspannetje op een laag vuur.
2. Roer totdat de ingrediënten goed zijn gemengd, maar zorg dat het niet kookt.
3. Breek de chocolade in een glazen mengkom en giet de hete ingrediënten over de chocolade.
4. Roer totdat het een soepel mengsel is en voeg dan Wilde Sinaasappel naar smaak toe. Zet het mengsel in de koelkast en laat 3 uur afkoelen of totdat het mengsel stevig genoeg.
5. Vorm met een lepel balletjes van de chocolade en rol door de gemalen gedroogde frambozen. Zet nog eens 30 minuten in de koelkast, haal er dan weer uit en geniet.

AARDBEIEN KANEEL ENERGIEHAPJES

... Ingrediënten ...

- 340 g cashewnoten
- 170 g aardbeien, in stukjes
- 85 g kokosboter
- 2 1/2 eetlepel esdoornsiroop
- 1/2 theelepel vanille
- 1-2 druppels Kaneelschors olie
- Mespuntje nootmuskaat
- Mespuntje zoet
- Chiazaadjes of kokosvlokken (optioneel)

... Instructies ...

1. Was en snij de aardbeien. Zet weg.
2. Doe de rauwe cashewnoten in een keukenmachine of blender en maal totdat ze een kruimelige textuur vormen.
3. Voeg de gesneden aardbeien en kokosboter toe. Meng in de blender.
4. Voeg de resterende ingrediënten toe en mix totdat het een beslag is. Zet het beslag 30 minuten in de koelkast of totdat het stevig is.
5. Haal het beslag uit de koelkast en rol er medium balletjes van. Rol de balletjes in de chiazaadjes of kokosvlokken voor een laagje aan de buitenkant.
6. Bewaar de energiehapjes in de koelkast. Eet ze binnen twee weken op.



PEPERMUNT ZWARTE BONEN BROWNIES

... Ingrediënten ...

- 425 g zwarte bonen, uitgelekt en afgespoeld
- 2 grote eieren
- 85 g cacaopoeder
- 225 g honing
- 75 ml kokosolie
- 1 theelepel bakpoeder
- Mespuntje zout
- 2-4 druppels Pepermunt olie
- 250 g chocoladestukjes, verdeeld

... Instructies ...

1. Verwarm de oven voor op 175° C.
2. Doe alle ingrediënten, behalve de chocoladestukjes, in een blender of keukenmachine en mix totdat het een glad mengsel is.
3. Giet het beslag in een grote kom en roer er 200 g chocoladestukjes doorheen.
4. Doe in een ingevette schaal van 20x20 cm en bestrooi met de resterende chocoladestukjes.
5. Bak 30-35 minuten of totdat een tandenstoker er schoon uitkomt.

LAVENDEL BRAMEN PANNACOTTA

... Ingrediënten ...

- 60 ml water
- 30 g gelatine
- 680 g Griekse yoghurt naturel
- 350 ml melk
- 170 g honing
- Bramensiroop, voor het serveren
- 1 druppel Lavendel olie

... Instructies ...

1. Doe water in een klein kom. Roer de gelatine er doorheen en zet weg.
2. Mix in een grote kom alle yoghurt en 175 ml van de melk.
3. Breng de resterende melk en 170 g honing zachtjes aan de kook in een klein sauspannetje. Roer het water-gelatine mengsel er doorheen en neem van het vuur. Roer door het yoghurtmengsel.
4. Voeg Lavendel olie toe en roer goed door elkaar. Om de pannacotta wat kleur te geven, roer je ongeveer 30 ml bramensiroop mee met de Lavendel olie.
5. Doe het mengsel in ondiepe kopjes, ovenschaaltjes of kommetjes. Zet 3-5 uur of een hele nacht in de koelkast.
6. Besprenkel met bramensiroop voor het serveren.