

FASE 2C

ARRETJESBONBONS

INGREDIËNTEN

30 BONBONS

- 800 gr roomboter
- 220 gr cacaopoeder
- 100 gr fijngemalen lijnzaad
- 240 gr amandelmeel
- 480 ml sojamelk
- 10 druppels vanille stevia
- 1/2 t zout
- 40 pakjes PowerSlim vanille
- boter biscuitjes



TIP

HOEWEL DEZE ARRETJESCAKE STUKKEN MINDER KOOLHYDRATEN EN VETTEN BEVAT DAN 'GEWONE' ARRETJESCAKE MAG JE DIT HAPJE EVENGOED ALS EEN UITZONDERING ZIEN I.V.M. DE HOEVEELHEID VET.

BEREIDINGSWIJZE

1. Smelt de roomboter in een pannetje en meng het cacaopoeder erdoor.
2. Meng in een kom het lijnzaad, amandelmeel, sojamelk, zoetstof en zout tot een dikke pasta.
3. Doe het boter-cacao mengsel bij het lijnzaadamandel mengsel.
4. en roer ze goed door elkaar tot een egaal beslag.
5. Verbrokkel de vanille biscuitjes.
6. Voeg de verbrokkelde biscuitjes toe.
7. Schep het beslag in een cakevorm en druk het goed aan met een vork of lepel.
8. Zet de vorm in de koelkast en laat het circa 4 uur opstijven.
10. Snijd de cake voor het serveren in 30 stukjes

"LAAT HET SMAKEN"