

Iedere maand een gezond budgetrecept
getipt door studenten KOK van Alfa-college Hardenberg

Gezonde kerstkoekjes

~lets gezonds bij de koffie met kerst!~

Ingrediënten

Voor 14 stuks:

- 180 g pindakaas (naturel, zonder toegevoegde suiker)
- 1 snufje zout
- 2 eieren (M)
- 200 g havermout
- Bakpapier
- Optie: voeg 25 gr gedroogde cranberries of rozijnen toe voor extra smaak!

Bereidingswijze

- Verwarm de oven (op 175 graden (elektrisch) of 150 graden (hete lucht)
- Geef de pindakaas en het zout in een kom en meng de ingrediënten met de handmixer (of een garde) tot een smeuge massa.
- Meng de eieren en havermout erdoor, en optioneel de cranberries of rozijnen
- Bekleed één (of twee) bakplaten met bakpapier
- Vorm van de massa ca. 14 balletjes
- Verdeel de balletjes gelijkmatig op het bakpapier. Let erop dat er tussen de balletjes genoeg ruimte is.
- Druk deze voorzichtig plat tot een koekje
- Schuif de bakplaat in de oven en bak de koekjes voor ca. 12 minuten af
- Haal de koekjes uit de oven en laat afkoelen



Eet Smakelijk!