

Recept van de maand september 2015

Banaan-havermoutkoekjes



Ingrediënten:

- 100 gram havermout
- 2 banen (rijp)
- 35 gram walnoten
- 20 gram kokos (geraspt)
- 10 gram agavesiroop (of honing)

Benodigdheden:

- bakplaat
- bakpapier
- kom
- lepel

Verwarm de oven voor op 180 graden en leg een vel bakpapier op een bakplaat.

Prak de bananen goed met een vork & hak de walnten.

Doe de geprakte bananen in een kom en roer er de havermout, kokosrasp & agavesiroop doorheen. Voeg als laatste de gehakte walnoten toe en meng het geheel goed.

Leg met een eetlepel ongeveer 16 koekjes op de met bakpapier beklede bakplaat (druk ze eventueel wat plat met de bolle kant van een lepel) en bak de koekjes ongeveer 15-20 minuten in de voorverwarmende oven.