



Thermomix amandelboter

Ingrediënten

Dit recept is voor 12 kleine mueslireepjes als op de foto of 6 grote

- 100 gr havermout
- 100 gr amandelboter
- 60 gr honing
- 50 gr amandelen
- 1 eetlepel chiazaad

Voor de afwerking

- 30 gr pure chocolade
- Scheutje melk (facultatief)



Instructies

- Doe in een aparte kom de havermout, chiazaad.
- Doe de 50 gr amandelen in de mengbeker en mix 3 seconden/snelheid 5. Haal eruit en doe bij in de kom met de havermout en chiazaad.
- Doe de amandelboter en honing in de mengbeker. 3 minuten/ 50 graden/ snelheid 3.
- Doe dit mengsel in de kom bij de droge ingrediënten. Roer goed door elkaar zorg dat het havermoutmengsel/droog mengsel goed aan je amandelboter mengsel kleeft.
- Neem een schotel leg er een vel bakpapier in of als je een siliconenvorm voor energierepen hebt kan je deze daar in doen. Doe het mengsel in de schotel en druk goed aan zeker ook in de hoekjes.
- Maak de mengbeker schoon. Doe de chocolade en scheutje melk in de mengbeker en smelt de chocolade 3 minuten /50 graden / snelheid 1
- Verdeel je chocolade over je energierepen. Je kan ervoor kiezen om ze volledig in te smeren met chocolade of gewoon wat strepen erover te doen.
- Zet het voor minstens 2 uur in de koelkast erna kan je met een mes je repen in rechthoeken snijden.