

Happiness koekjes

Lekkere koekjes kunnen ook gezond zijn. Deze koekjes bevatten gezonde en voedzame ingrediënten en een natuurlijke suiker zoals kokosbloesem- of palmsuiker. Zelfs de suiker kan vervangen door gedroogde vijgen en dadels in zeer kleine stukjes of vermalen. Voeg vrolijkheid aan de koekjes toe met een vleugje happiness. (essentiële olie mix van sinaasappel, mandarijn en vanille)



Ingrediënten:

- 2 eieren
- 100 gram kokosbloesem suiker
- 10 druppels essentiële olie happiness
- 1 theelepel speculaaskruiden
- 150 gram roomboter of ecologische kokosolie
- 250 gram speltmuesli
- 20 gram kokosrasp
- pure chocolade (92 procent)
- 100 gram amandel- of hazelnootmeel

Bereiding:

Verwarm de chocolade, roomboter of kokosolie in een pan tot het gesmolten is en meng dit goed met de muesli, kokosrasp en speculaaskruiden. Meng in een kom de twee eieren, kokosbloesemsuiker, palmsuiker of 100 gram gemalen dadels en/vijgen en de druppels happiness met de garde. Voeg aan de boter het muesli- en eiermengsel toe en als laatste het amandel- of hazelnootmeel. Vul de bakvormpjes of mini cupcake vormpjes met het koekjesdeeg of schep met twee dessertlepels het koekjesdeeg op een bakplaat met bakpapier. Druk eventueel nog wat nootjes en/of chocolade op de koekjes. Bak de koekjes gedurende ongeveer twintig minuten op 165 graden in de oven tot ze goudbruin van kleur zijn. Dit koekjesdeeg kan een paar dagen in de koelkast worden bewaard. De koekjes zelf kunnen een week lang in een gesloten trommel worden bewaard, maar meestal zijn ze al veel eerder op omdat ze gewoonweg té lekker zijn.

