

INHOUD

DE BASISPRINCIPES 4

DE INGREDIËNTEN 6

RECEPTEN

Choco-munttaart met pistachenoten 8

Choco-banaantaart met kokosroom 10

Brownie met walnoten & gojibessen 12

Matchataart 14

Choco-laagjescake met
macadamianoten..... 16

Carrot cake..... 18

Aardbeien-roomtaart 20

Tiramisutaart..... 22

Ananastaart met kokosroom 24

Wolkentaart met pindakaas..... 26

Karmeltaart met pecannoten..... 28

Frambozentaart met amandelen 30

Cookie dough-taart 32

Limoentaart met spinazie 34

Kokostaart met chocoladelaag 36

Banoffee pie 38

Perziktaart met pistachenoten 40

Vijgentaart met hazelnoten..... 42

Choco-crèmetaart met avocado 44

Blauwe-bessentaart met limoen..... 46

Aardbeientaartjes met pistachecrème.. 48

Citroentaart..... 50

Bosvruchten-cheesecake..... 52

Mango-cheesecake..... 54

Gestreepte cheesecake met vanille
& chocolade 56

Mini-cheesecakes met pistachenoten
& passievrucht..... 58

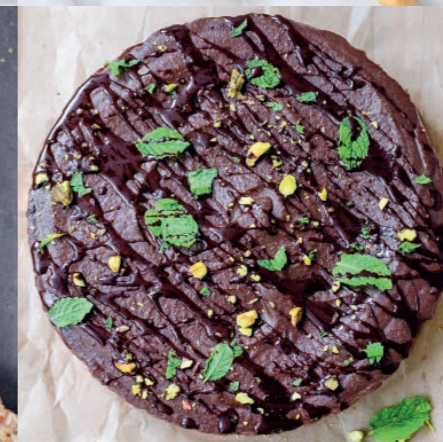
Notentaartjes met karamelvulling..... 60

Choco-cupcakes met dadels
& hazelnoot..... 62

Bosvruchten-cupcakes 64

Choco-donuts 66

Gevulde cookies..... 68



BROWNIE

MET WALNOTEN & GOJIBESSEN

Voor 9 personen

Bereiding 15 minuten

Koeltijd 3 uur

Vierkante vorm 20 cm

Brownie

280 g dadels

90 g raw cacao (poeder)

90 g blanke amandelen

90 g + 20 g walnoten

2 eetlepels kokosolie, iets
zachter geworden

20 g gojibessen

Glazuur

90 g raw cacao (poeder)

70 g dadels

180 ml kokosmelk

70 ml kokosolie, gesmolten

Mix de dadels, cacao, amandelen, 90 g walnoten en de olie tot een gelijkmatig deeg. Stamp de resterende 20 g walnoten fijn, voeg ze samen met de gojibessen toe aan het deeg en meng ze erdoor met een spatel.

Bekleed de vorm met bakpapier. Druk het browniedeeg goed in de vorm en zet het in de koelkast.

Mix alle ingrediënten voor het glazuur tot een glad, gelijkmatig mengsel.

Schenk dit mengsel over de brownie en zet alles 3 uur in de koelkast.



FRAMBOZENTAART

MET AMANDELEN

Voor 8 personen

Bereiding 30 minuten

Weektijd 12 uur

Koeltijd 12 uur

Vierkante springvorm 20 cm

Bodem

100 g dadels

1 theelepel crèmehoning

3 theelepels raw cacao (poeder)

1 theelepel kokosolie, iets zachter geworden

120 g blanke amandelen

Extra

150 g blanke amandelen

500 g frambozen

Crème

250 g cashewnoten,

12 uur geweekt

300 ml kokosroom

120 ml vloeibare honing

20 g geraspt kokos

240 ml kokosolie, gesmolten

Coulis

100 g frambozen

70 g dadels

2 eetlepels water

1 eetlepel kokosolie, gesmolten

Mix alle ingrediënten voor de bodem tot je de substantie van kruimeldeeg hebt. Bekleed de vorm met bakpapier. Druk het deeg in de vorm, bestrooi met de extra amandelen en de frambozen en zet de taartbodem in de koelkast.

Laat de cashewnoten goed uitlekken en mix ze met alle andere ingrediënten voor de crème tot een glad, gelijkmatig mengsel. Schenk dat over de taartbodem met de amandelen en frambozen. Laat de taart 12 uur opstijven in de koelkast.

Maak de coulis; mix daarvoor alle ingrediënten. Druk het mengsel eventueel door een zeef om het gladder te maken.

Haal de taart uit de vorm en besprenkel hem met de coulis. Serveer onmiddellijk.



LIMOENTAART

MET SPINAZIE

Voor 9 carrés
Bereiding 30 minuten
Weektijd 12 uur
Koeltijd 12 uur
Vierkante springvorm 20 cm

Bodem

100 g amandelmeel
100 g dadels
20 g geraspt kokos
de geraspte schil van 1 limoen
1 eetlepel kokosolie, iets
zachter geworden

Crème

190 g cashewnoten,
12 uur geweekt
60 ml kokosolie, gesmolten
120 ml kokosroom
120 ml limoensap
2 handenvol spinazie
de geraspte schil van 1 limoen
2 eetlepels crèmehoning

Decoratie

limoen
ongezouten pistachenoten

Mix alle ingrediënten voor de bodem tot je de substantie van kruimeldeeg hebt. Bekleed de vorm met bakpapier. Druk het deeg in de vorm en zet het in de koelkast.

Laat de cashewnoten goed uitlekken. Mix alle ingrediënten voor de crème tot een glad en gelijkmatig mengsel. Schenk de crème op de taartbodem en zet het geheel 12 uur in de koelkast.

Haal de taart uit de vorm en snijd hem in 9 carrés (vierkantjes). Decoreer met plakjes limoen, geraspte limoenschil en gemalen pistachenoten.



MINI-CHEESECAKES

MET PISTACHENOTEN & PASSIEVRUCHT

Voor 8 personen
Bereiding 30 minuten
Weektijd 12 uur
Koeltijd 12 uur
Muffin-bakplaat

Bodem
100 g pistachenoten
40 g blanke amandelen
120 g dadels
1 eetlepel kokosolie, gesmolten

Crème
250 g cashewnoten,
12 uur geweekt
120 ml vloeibare honing
120 ml kokosolie, gesmolten
60 ml kokosroom
de pulp van 4 passievruchten

Passievruchtencoulis
de pulp van 6 passievruchten
1 eetlepel vloeibare honing

Decoratie
ongezouten pistachenoten

Mix alle ingrediënten voor de bodem tot je de substantie van kruimeldeeg hebt. Bekleed de holten van de muffin-bakplaat met bakpapier als de plaat van metaal is. Druk het deeg erin en zet de plaat in de koelkast.

Laat de cashewnoten goed uitlekken. Mix alle ingrediënten voor de crème tot een glad, gelijkmatig mengsel.

Maak de coulis: mix de passiepulp glad met de honing en een beetje water.

Haal de muffin-bakplaat uit de koelkast en schenk een beetje crème op elk taartbodempje. Voeg een beetje coulis toe en schenk er weer wat crème op. Wissel de laagjes op die manier af tot de holten vol zijn (bewaar een beetje coulis voor het serveren). Laat de cheesecakes 12 uur opstijven in de koelkast.

Haal vlak voor het serveren de cheesecakes voorzichtig uit de plaat en decoreer ze met de rest van de coulis en met gehakte pistachenoten.

