



Tip De taartjes zijn maximaal vijf dagen houdbaar in de koelkast.

voor acht stuks

PECANTAARTJES met karamelcrème

vol gezonde nutriënten

Ingrediënten

Voor de bodem:

- 100 gr pecannoten + extra ter garnering
- 40 gr amandelmeel
- 3 Medjoul dadels (30 minuten geweekt in lauw water)
- 2 el cacao poeder
- muffinvorm

karamelcrème:

- 2 Medjoul dadels (geweekt in lauw water voor minimaal 30 minuten)
- ¼ kop amandelpasta
- 3 el water (gebruik het water waar je de dadels in hebt geweekt)

Bereiding

1. Mix de pecannoten met het amandelmeel en de cacao tot een grof mengsel. Voeg de geweekte dadels en een snuf zout toe. Mix net zo lang tot er een plakkerig deeg ontstaat.
2. Stop het deeg in de muffinvormpjes en druk goed aan. Zet weg in de vriezer voor minimaal 30 minuten. Ga in tussentijd aan de slag met de crème.
3. Doe alle ingrediënten plus een kleine snuf zout in het bakje van de staafmixer en mix tot je een gladde massa hebt. Indien nodig kun je er nog wat water aan toe voegen. De substantie moet crèmig zijn, en zeker niet te dun.
4. Haal de taartjes uit de vriezer en haal de vormpjes eraf. Leg op elk taartje een flinke schep karamelcrème en top ze af met pecannoten en wat sesamzaad. Serveer direct of bewaar in de koelkast.