



0 gram
groenten per
portie *

Ontbijttaartjes van krokante muesli

met peer, blauwe bessen en munt

Taartjes als ontbijt? Je leest het goed. Vandaag maken we een taartbodemp van krokante muesli. Deze bestaat uit een combinatie van granen, aardbeien, bramen en frambozen. Dat zorgt voor een heerlijke, frisse en fruitige muesli. We beleggen de bodems met yoghurt, peer, blauwe bessen en verse munt. Maak per persoon een klein taartje, of één grote.

40 min | 581 kcal

*Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website*



BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Ei	st	0.5	1	1.5	2
Geroosterde muesli	g	65	125	185	250
Rozijnen	g	10	15	20	25
Peer	st	0.5	1	2	2
Griekse yoghurt	ml	75	150	225	300
Blauwe bessen	g	65	125	125	250
Verse munt	g	5	5	10	10
<i>zelf toevoegen:</i>					
Boter	g	15	25	40	50

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht online met #ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Verwarm de oven voor op 180 °C en vet een springvorm (of taartvorm) in.
2. Klop het ei los en meng met de krokante muesli en rozijnen. Smelt de boter in een steelpan en meng door het muesli-mengsel. Doe het mengsel in de taartbodem en druk goed aan. Bak in 10-15 minuten gaar in de voorverwarmde oven.
3. Was de bosbessen. Was of schil de peer, verwijder het klokhuis en snijd in dunne plakjes. Roer de yoghurt los. Snijd de munt heel fijn.
4. Haal de taartbodem uit de oven en laat 10 minuten afkoelen. Verdeel de yoghurt erover en beleg met de plakjes peer en bosbessen. Garneer met de munt.

Tip: Ook lekker met aardbeien of banaan. Heb je muesli over? Lekker om er muesli repen van te maken.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

