

## Aardbeientoespijs



**Nodig:** 100 g aardbeien – 1 el chiazaadjes

**Bereidingswijze:**

- Was de aardbeien en snijd in stukjes.
- Doe de aardbeien en 1 el water in een kom en plaats gedurende 1 min. in de microgolfoven op de hoogste stand.
- Prak de aardbeien klein met een vork.
- Voeg de chiazaadjes toe, roer goed en laat afkoelen.
- Besmeer je brood met de aardbeientoespijs.

**Variatie:**

Kies ander fruit.

## Chocoladegebak



**Nodig:** 150 g margarine voor bakken en braden – 200 g pure chocolade  
– 150 g rietsuiker – 4 eieren – 150 g gemalen amandelen

**Bereidingswijze:**

- Verwarm de oven voor op 220°C. Bekleed de bodem van een taartvorm met bakpapier. Vet de zijkanten in met margarine.
- Smelt de pure chocolade au-bain-marie. Laat de gesmolten chocolade 2 min. afkoelen.
- Scheid het eigeel en de eiwitten van 4 eieren.
- Klop de margarine en de suiker tot een licht en luchtig mengsel. Meng er dan het eigeel onder. Voeg vervolgens de gemalen amandelen en daarna de gesmolten chocolade toe.
- Klop de eiwitten stijf. Schep het eiwit onder het beslag.
- Giet het beslag in de taartvorm. Bak 25 min.
- Haal de cake uit de oven en laat hem volledig afkoelen. Haal de cake dan uit de vorm.
- Snijd in kleine stukjes en serveer.

## Zuiveldessert met vers fruit (2 pers.)



**Nodig:** 100 g platte kaas – 125 g witte yoghurt – 1 appel – 1 el citroensap –  
1 el rietsuiker – 4 aardbeien – munt of citroenmelisse

**Bereidingswijze:**

- Roer de kaas met de yoghurt ondereen.
- Schil de appel en rasp hem fijn. Roer de geraspte appel door het kaas-yoghurtmengsel.
- Breng op smaak met de suiker en het citroensap.
- Dien op in 2 coupes, gegarneerd met schijfjes aardbei en de munt of citroenmelisse.

**Variatie:**

Vervang de aardbeien door blokjes mango of ananas.