

Kruidnoten

120 gram speltmeel
80 gram amandelmeel
60 gram kokosbloesemsuiker
 $\frac{1}{4}$ theelepel zout
5 theelepels speculaaskruiden
5 eetlepels vloeibare kokosolie
2 -3 eetlepels plantaardige melk
5 druppels vanille essence

Verwarm de heteluchtoven voor op 175 graden en bekleed een bakplaat met bakpapier/ siliconen bakmat.

Meng de droge ingrediënten in een kom.

Voeg daar de kokosolie en de vanille aan toe en meng goed door elkaar.

Voeg vervolgens eerst 1 el melk aan het deeg toe.

Het deeg wordt dan wat plakkeriger zodat je er een mooie bal van kan vormen.

Is het deeg nog te droog voeg dan wat extra melk toe, te nat nog wat extra meel.

Kneed het deeg nog even flink met je handen en vorm er dan kleine balletjes van die je iets indrukt.

Verdeel deze over de bakplaat.

Zet de bakplaat vervolgens ca 15 minuten in de voorverwarmde oven, totdat de kruidnoten lichtbruin kleuren.

Ze voelen nu nog (te) zacht aan, maar ze worden knapperig na het afkoelen...

In principe kun je ze denk ik een aantal dagen tot een week bewaren in een luchtdichte trommel, maar dat redden ze bij ons nooit...