



Erika Van den Hauwe
Thermomix Advisor/Verdeler
Kortrijksesteenweg 371 bus 1
9000 Gent
<http://erikaskitchen.business.site>

Gezondheidsbegeleider
Foodlover
0473/85.35.73
www.healthandattitude.org
erika@healthandattitude.org

Erika's Kitchen



Amaretti's

Ingrediënten

- 350 gram gebakken of geweekte amandelen
- 130 gram berkensuiker (Xylitol)
- 1 thl vanillepoeder
- 1 mandarijn gepeld
- 3 eiwitten op kamertemperatuur

Bereiding (met Thermomix)

- Verwarm de oven voor op 170 graden
- 30 gram suiker (5 sec/stand 10) en zet apart
- Amandelen in de beker (20 sec/stand 10)
- Doe in een apart potje
- Voeg de rest van het suiker en de mandarijn toe (20 sec/stand 8)
- Reinig de beker zeer goed
- Zet de vlinder op zijn plaats, voeg het eiwit toe (3 min/stand 3)
- Voeg alles samen
- Maak er bolletjes van, en bestrooi met de apart gehouden bloedsuiker
- 22 minuten in de oven
- Serveer koud
- Smakelijk!

Bereiding (zonder Thermomix)

- Verwarm de oven voor op 170 graden
- Mix 30 gram suiker, klop de eiwitten op
- Doe de amandelen, de mandarijn en de rest van het suiker in een keukenrobot, mix tot een gladde massa en meng dit alles voorzichtig door elkaar
- Maak er bolletjes van, en bestrooi met de apart gehouden bloedsuiker
- 22 minuten in de oven
- Serveer koud
- Smakelijk!

