

(Glutenvrije) Twix repen

Ingrediënten voor ca 12 repen

Voor de biscuits

- 1 el zeer fijngemalen blond lijnzaad
- 2 el water
- 3 el amandelpasta of notenpasta
- 2 el kokosolie
- 1 el vanilleextract
- 65 gram volkoren speltmeel (voor glutenvrije variant kies je volkoren speltmeel)
- 60 gram arrowroot
- 3 el oerzoet of kokosbloesemsuiker

Voor de karamel

- 6 ontpitte Medjooldadels
- 3 el amandelpasta
- 1 tl water

Voor de chocoladelaag

- 100 gram pure chocolade (70% cacao of hoger)



Bereidingswijze

1. Begin met de biscuits. Verwarm de oven voor op 180 graden en leg een bakpapier op een ovenplaat. Meng de gemalen lijnzaad met een paar eetlepels water en laat dit 5 minuten staan om te binden.
2. Meng de amandelpasta, kokosolie, het lijnzaadpapje en vanille extract in een grote kom en roer alles door elkaar.
3. Meng in een andere kom het meel, de arrowroot en de suiker. Mix dan de droge met de natte ingrediënten en kneed het geheel tot een deeg.
4. Vorm met je hand bolletjes of repen en leg ze op de bakplaat en bak ze in 10-12 minuten in de oven af en laat ze daarna afkoelen.
5. Meng de ingrediënten voor de karamel in een keukenmachine tot een glad geheel. Vorm een buisje bij een reep of een bolletje als je de biscuits in bolletjes afbakt wat je op de biscuits legt. Druk het aan en zet het geheel 10 minuten in de vriezer, de karamel moet goed hard zijn.
6. Smelt de chocolade au bainmarie en (nu komt het meest uitdagende stuk van het proces) dip de koekjes in de chocola en zorg dat ze geheel bedekt zijn. Plaats ze voor 15 minuten terug in de vriezer om uit te harden.

Variatietip moeilijke eters: kinderen zijn soms niet gewend pure chocolade te eten (omdat melkchocolade natuurlijk heerlijk zoet is), je kunt de pure chocolade mengen met kokosroom om de smaak wat te verzachten (nog steeds geen suiker toegevoegd), dus een manier om je kind te leren de pure smaak te waarderen. Je mindert dus steeds minder de kokosroom totdat ze de pure variant lekker vinden!

Uit: *Gezond trakteren – Amber Albarda*