



APPLE CINNAMON CRUMBLE BARS

INGREDIËNTEN

12 repen:

- 260 gr amandelmeel
- 2 el kokosbloem
- 1/2 theelepel zout
- 80 gr gesmolten kokosolie
- 110 gr Greensweet Syrup Gold
- 1 theelepel vanille-extract
- 3 middelgrote Granny Smith appels
- 2 el Greensweet extra sweet
- 1 el kaneel
- 1 theelepel arrowroot poeder
- 50 gr gehakte walnoten .

ZO MAAK JE HET:

Verwarm de oven voor op 175 graden. Bekleed in een bakvorm met bakpapier. Combineer in een middelgrote kom amandelmeel, kokosmeel, gesmolten kokosolie, zout, Syrup Gold en vanille-extract. Roer goed totdat het goed gemengd is. Giet 3/4 van het mengsel in de bakvorm en druk naar beneden tot alles gelijkmatig is. Bak 12 minuten. Schil intussen de appels en snijd ze in kleine stukjes. Kook ze op middelhoog vuur, met 1 theelepel kokosolie, Greensweet Extra Sweet kaneel en arrowroot poeder. Kook 10 minuten door tot het mengsel dik is en er geen grote stukjes appel overblijven. Schep het mengsel in een kleine kom en zet het in de koelkast om af te koelen. Als de basis gaar is, laat je hem 5 minuten afkoelen. Hak terwijl de basis afkoelt de walnoten en voeg ze toe aan het resterende deeg. Verdeel het appelmengsel over de bodem en strooi het walnoot / deegmengsel er gelijkmatig bovenop. Zo gelijkmatig mogelijk hier! Bak nog 20 minuten. Laat het volledig afkoelen voordat je het snijdt. Bewaar restjes in de koelkast, als die er nog zijn

Genieten!

Bron/foto: @jolien.verb