

## Marsepein




### Wat stop je er in?

- ✿ 150 g witte amandelen, geweekt
- ✿ 2 el [kokosolie](#), gesmolten
- ✿ 20 druppeltjes vloeibare [Stevia](#)
- ✿ 2 el [erythritol](#)
- ✿ Sap van ½ limoen
- ✿ 2 el [kokosrasp](#)
- ✿ Extra om te kleuren: Beetje rode bietenvocht of [groene thee poeder](#)
- ✿ Extra om te garneren: Ruwe biologische [cacaopoeder](#), kokosrasp of groene thee poeder

### Hoe maak je het klaar?

- ✿ Giet de amandelen af en maal ze met de kokosolie en kokosrasp in een keukenmachine.
- ✿ Voeg de erythritol en Stevia toe en maal tot een mooi dik samenhangend deeg.
- ✿ Je kunt het deeg kleuren met rode bieten vocht of groene theepoeder o.i.d.
- ✿ Rol het deeg uit tot een dikke 'slang', snijd daar stukjes van en draai balletjes.
- ✿ Rol de balletjes door kokosrasp, door cacaopoeder of door groene thee poeder.
- ✿ Je kunt ook uitsteekvormpjes gebruiken. Rol een plak van het marsepein en steek uit.
- ✿ Versier met kokosrasp of erythritol of een mengsel daarvan.

### Voedingswaarde voor totale hoeveelheid, porties afwegen

- ✿ 5 porties Eiwitrijke voeding 
- ✿ 1 portie Veilige Vetten 
- ✿ 1 portie Reinigende Vezels 

### EetLijn Smakelijk!

