

### **Plaatkoek havermout en abrikoos**

Bereidingstijd 30 minuten en 45 minuten oventijd.

Oventemperatuur: 175 graden

#### Ingrediënten

75 gr havermout

50 gr havermeel (van havermout)

50 gr amandelmeel

50 gr gedroogde abrikoos, in stukjes

2 eetl bio abrikozen spread  
handje amandelen

2 eieren

50 ml ahornsiroop

50 ml kokosolie

Rasp van 1 bio citroen

1 tl kaneel of koekkruiden

1 tl vanillepoeder of essence

1 tl bakpoeder

Snufje zout

Naar smaak kun je door het deeg nog wat kokosrasp toevoegen.



#### Bereiding:

Was de citroen met warm water en gebruik een fijne rasp om de schil te raspen.

Maal 50 gr havermout tot meel (blender). Meng dan alle droge ingrediënten in een kom door elkaar.

Voeg de eieren, gesmolten kokosolie, abrikozenspread en Ahornsiroop toe.

Het geheel goed mengen met een spatel of lepel.

Bedek de bakplaat met bakpapier en verdeel daar het mengsel gelijkmatig over, zodat de koek ruim 1 cm dik is.

Bak de koek in het midden van de voorverwarmde oven in 40-45 minuten bruin en gaar.

Smakelijk eten !