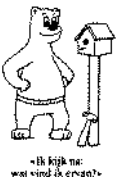
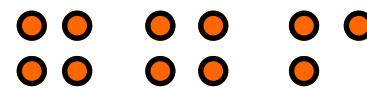


Gezonde chocoladetaart

Met courgette en noten

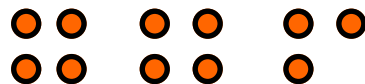




«Ik kijk na:
wat vind ik ervan?»

Klaar ?

SMAKELIJK !!!



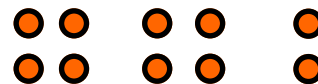
Ingrediënten

- 1 theelepel bakpoeder
- Courgette
- 100g suiker
- 150g pure chocolade met noten
- 3 eetlepels zelfrijzende bloem
- 1 snuifje zout
- 4 eieren

Versieren met fruit (eventueel in BC)

Kookmateriaal

- Mixer
- Springvorm
- Bain marie (2 potten)
- Messen
- Oven
- Kookplaat
- Snijplankjes
- Mengkom
- Lepels

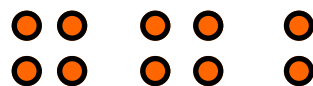


**Giet het mengsel in de
springvorm.**



Ingrediënten voor 20 kleuters.

**Steek de taart in de oven.
45 min op 150 graden.**



**Schil de courgette en haal de zaadjes eruit.
Verdeel de courgette in 3 stukken.**



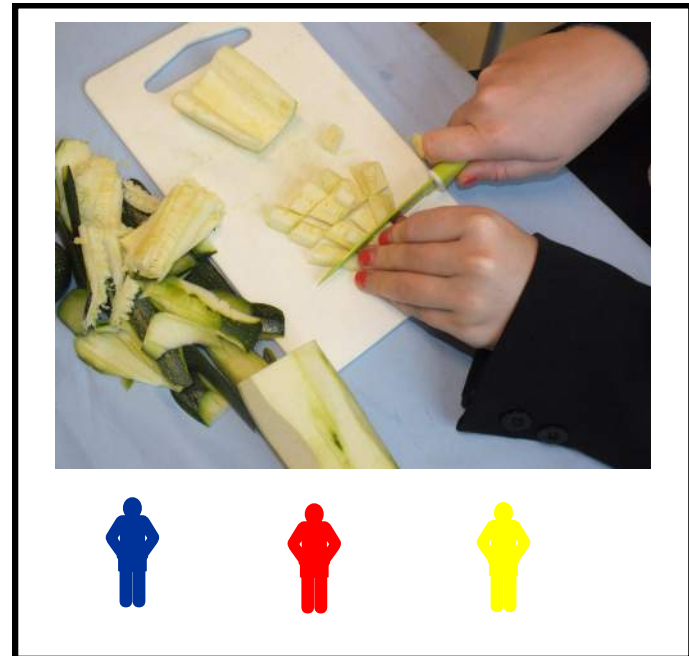
Snij de courgette in kleine blokjes.



**Bedek de bodem van de
springvorm met bakpapier.**



Beboter de rand.



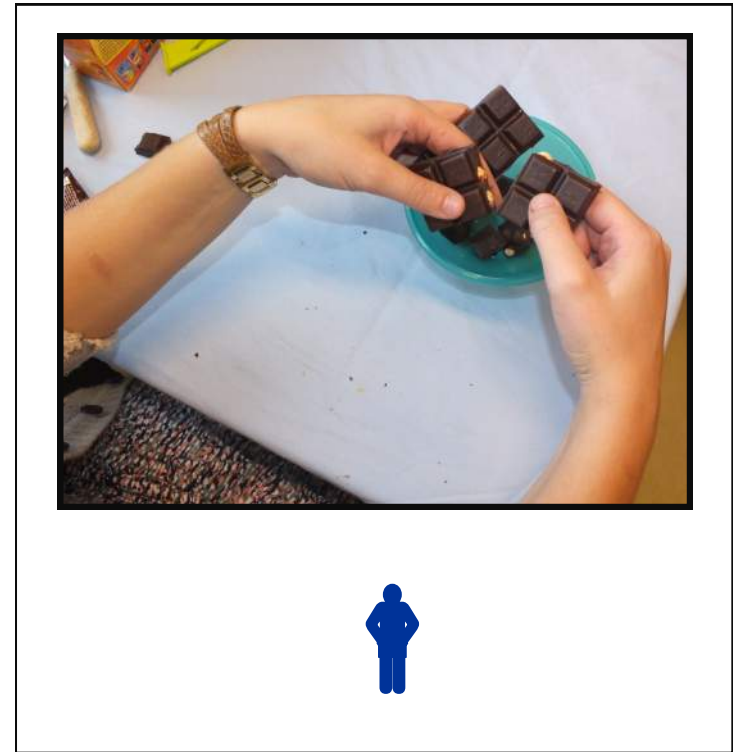
Breek de chocolade in kleine stukjes.



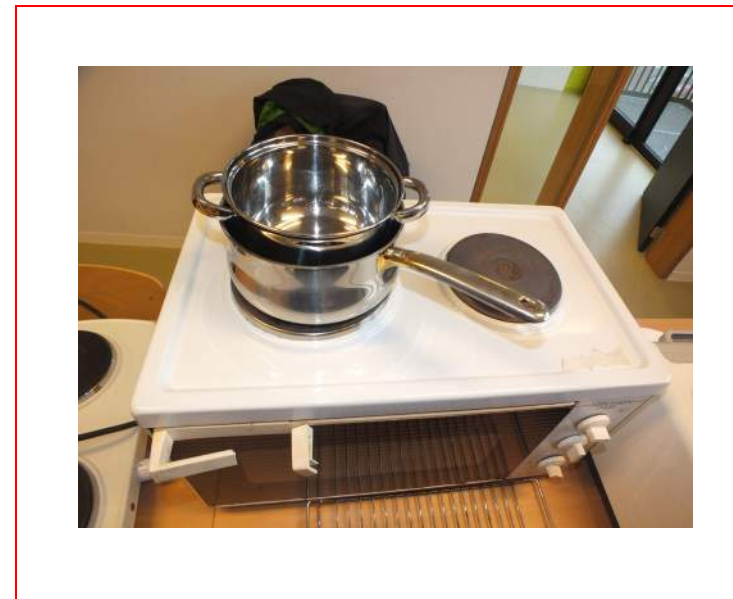
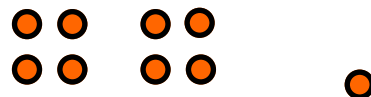
**Zet een pot water op het vuur met een kleiner potje erin.
(Bain Marie)**



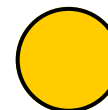
Voeg het eigeel geleidelijk aan bij het mengsel.



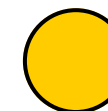
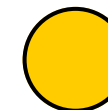
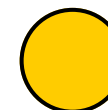
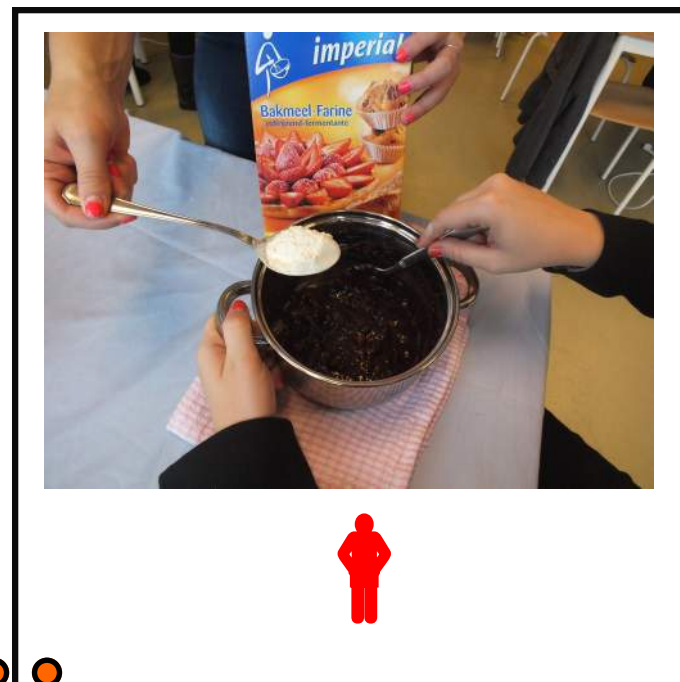
**Voeg het eiwit geleidelijk aan toe aan het mengsel.
Doe dit al scheppend, NIET roerend.**



**Doe de stukjes chocolade in de kleine pot.
Laat ze smelten.**



Doe de stukjes courgette in de pan en laat ze stoven.



**Voeg 1 theelepel bakpoeder bij.
Stevig doorroeren.**



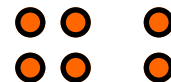
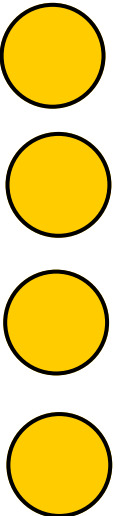
**Voeg 3 eetlepels zelfrijzende
bloem bij.
Stevig doorroeren.**



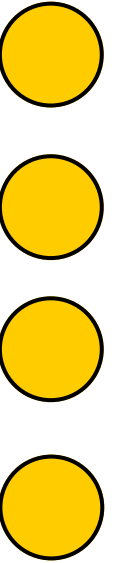
Scheid het eigeel en het eiwit van elkaar.



Klop het eiwit stijf.



Voeg bij het mengsel een snuifje zout.



Voeg 4 eetlepels suiker bij.



Plet de courgetten met een vork.



**Voeg de courgetten bij de gesmolten chocolade.
Meng onder elkaar.**

