



Yoghurt & blauwe bessen repen



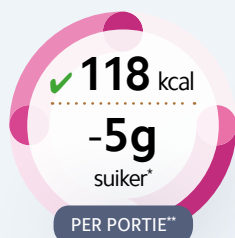
INGREDIËNTEN

Voor 12 repen

- 200 g blauwe bessen
- 125 g Griekse yoghurt
- 1 el zoetstof op basis van tagatose (1:1)

Voor de chocoladelaag:

- Optie 1: 200 g suikervrije pure chocolade + 1 eetlepel kokosolie
- Optie 2: 60 g kokosolie + 35 g cacaopoeder + 50 g 1-1 zoetstof op basis van tagatose
- 6 el suikervrije granola



*t.o.v. een gesuikerde versie
** voedingswaarden voor optie 1

BEREIDING

1. Meng de Griekse yoghurt in een kom met de zoetstof. Voeg de blauwe bessen toe en schep voorzichtig om.
2. Verdeel het yoghurt- en bessenmengsel over een plat bord bekleed met bakpapier in 12 repen.
3. Zet minimaal 1 uur in de diepvriezer.

Voor de chocoladelaag:

1. Gebruik je de suikervrije chocolade: smelt de chocolade in de microgolf of au bain marie samen met de kokosolie tot een lopende gladde massa.
2. Gebruik je cacaopoeder: Laat de kokosolie smelten in een kom. Voeg het cacaopoeder toe en meng goed. Voeg dan de zoetstof toe en meng tot een glad geheel. Warm eventueel even terug op om de zoetstof extra te laten smelten.
3. Dip de yoghurtrepen onder in de chocoladelaag en laat even uitlekken. Leg vervolgens terug op het bakpapier en bestrooi de bovenkant snel met wat van de granola voor de chocolade uitgehard is.
4. Zet de repen terug minimaal 10 minuten in de diepvriezer of koelkast om de chocolade volledig uit te harden. Smakelijk!

VOOR ALLE GEVALIDEERDE INFORMATIE OVER ZOETSTOFFEN, SURF NAAR:

www. **ZOETSTOFFEN** .eu