

Gezonde ontbijttaart recept

 ± 1 uur

 2 personen



Vind jij het leuk om te experimenteren met lekkere ontbijt recepten? Dan ben je hier op het goede adres! In dit recept laten we namelijk zien hoe je zelf 2 gezonde ontbijttaartjes kunt maken. Door het verse fruit hebben de taartjes een lekkere fris zoete smaak. We weten dan ook zeker dat je met zo'n ontbijttaart in ieder geval een goed begin van de dag hebt. Wil je zelf ook deze gebakjes maken? Lees dan snel verder voor ons gezonde ontbijttaart recept en ga lekker aan de slag!

Benodigdheden uit onze webshop:

- 50 gram Molen de Hoop Patentbloem;
- 50 gram amandelmeel;
- 1 theelepel vanille extract;
- 30 gram + 1,5 eetlepel honing;
- 1 theelepel bakpoeder;
- 1 theelepel Brand New Cake Natuurlijke Kleurpoeder Bietenrood;
- 0,5 theelepel Eetbare Bloemen Ocean & Sky;
- Patisse Bakpapier;
- 2x Taartpan PME rond Ø10 x 10cm.

Overige benodigdheden:

- 80 gram Griekse yoghurt;
- 175 gram magere kwark;
- 1 ei, maat M;
- Snufje Keukenzout;





écht alles om te bakken

- 0,5 appel, geraspt;
- 150 gram bessen/bramen.

Recept

1. Verwarm de oven voor op 160 gram (boven- en onderwarmte).
2. Bekleed de bodem van de bakvormpjes met bakpapier en vet de randen in met boter.
3. Roer met een garde 50 gram patentbloem, 50 amandelmeel, 1 theelepel vanille extract, 1 theelepel bakpoeder, 30 gram honing, 80 gram Griekse yoghurt, 1 ei, snufje keukenzout en halve geraspte appel door elkaar heen.
4. Verdeel het beslag over de 2 bakvormpjes.
5. Bak de cakes in circa 35 minuten goudbruin.
Tip! Prik met een satèprikker in het midden van een cake. Als de prikker er droog uitkomt, zijn de taartjes gaar.
6. Laat de gebakjes na het bakken volledig afkoelen.
7. Meng 175 gram magere kwark, 1,5 eetlepel honing en 1 theelepel kleurpoeder door elkaar heen tot een egaal mengsel.
8. Zet de vulling tot verder gebruik in de koelkast.
9. Snijd de cakes horizontaal door midden.
10. Verdeel ¼ deel van de vulling over beide bodems van de taartjes.
11. Druk wat blauwe bessen en bramen in de vulling.
12. Strijk de vulling glad met een paletmes.
13. Leg de bovenkant van de cake op de vulling.
14. Verdeel ¼ deel van de crème over de bovenkant van de gezonde ontbijttaartjes.
15. Decoreer de gebakjes met de overige bessen en bramen.
16. Garneer de gezonde ontbijttaartjes met eetbare bloemen.

Handige informatie

Ontdek onze andere ontbijt recepten!

Wil je eens wat anders ontbijten dan een boterham of een bakje yoghurt? Bezoek dan eens onze receptenpagina, want daarop hebben we nog veel meer ontbijt recepten verzameld. Maak bijvoorbeeld eens deze [chocolade baked oats](#) of probeer eens dit [recept voor een gezond bananenbrood](#) uit. Dit [recept voor een ontbijtcake met banaan](#) is ook echt de moeite waard om te maken. [Bekijk al onze ontbijt recepten hier](#) en ga lekker aan de slag!





Wist je al dat wij een heuse receptenpagina hebben met daarop meer dan 1.600 uiteenlopende recepten? Dankzij deze recepten wordt het heel eenvoudig om zelf thuis de heerlijkste lekkernijen te maken. Van [recepten voor prachtige taarten](#) tot aan [recepten voor diverse soorten cakes](#), bij ons vind je het allemaal. Houd je meer van hartige lekkernijen? Bekijk dan eens onze [recepten voor hartige hapjes](#) of ons [recepten voor heerlijke broden](#). We vullen daarnaast onze blog wekelijks aan met nieuwe recepten, dus het is zeker de moeite waard om er regelmatig een kijkje op te nemen. [Check al onze recepten hier!](#)

Heb jij ook met ons recept een lekkere gezonde ontbijttaart gemaakt? Dan zijn wij erg benieuwd naar hoe de lekkernij is geworden. Dat kun je aan ons laten zien door er een foto van te maken en deze te delen in jouw Instagram Stories. Tag ons met [@baktotaal](#) in de story, want dan kunnen we jouw bakcreatie niet alleen zien maar ook delen met onze volgers!

- 2 x Taartpan PME rond Ø10 x 10cm (Art.nr.: RND044)
- 1 x Molen de Hoop Amandelmeel 250gr (Art.nr.: DH79)
- 1 x Vanille Extract Bourbon 60ml (Art.nr.: D1080)
- 1 x Patisse Bakpapier 38cm x 8m (Art.nr.: 01710)
- 1 x BrandNewCake Bietenrood (Natuurlijke Kleurpoeder) 150g (Art.nr.: BNC00114)
- 1 x Eetbare Bloemen Ocean & Sky 20g (Art.nr.: E11026)
- 1 x BrandNewCake Bakpoeder 100gr. (Art.nr.: BNC00045)
- 1 x Molen de Hoop Patentbloem 1kg (Art.nr.: DH10)
- 1 x Bloemenhoning Biologisch 375 gram (Art.nr.: UD5000412)

