



Paasvlechtbroodjes uit Gezond Feesten

Ingrediënten:

Voor 4 broodjes

70 gr kokosolie

40 gr amandelpasta

450 gr volkoren speltmeel

10 gr zout

15 gr bakpoeder

50 ml ahornsiroop

300 gr geitenyoghurt

5 bio eieren

Sesamzaad om te garneren

Bereiding:

Verwarm de oven voor op 200 graden.

Smelt de kokosolie met de amandelpasta in een pannetje op laag vuur. Doe het speltmeel, zout en bakpoeder in een grote kom. Voeg het kokosolie-amandelpasta mengsel toe en roer alles goed door elkaar. Meng de ahornsiroop erdoor. En vervolgens ook de geitenyoghurt. Kneed het mengsel tot een dik elastisch deeg. Als het deeg erg plakkerig is, kan je extra speltmeel toevoegen.

Verdeel het deeg in vieren.

Deel elk stuk deeg weer in 3 bolletjes, rol het uit tot 3 strengen van ongeveer ½ tot 1 cm breed. Leg de strengen naast elkaar en vlecht ze losjes. Breng de uiteinden bij elkaar en maak van de vlecht een rondje, als een soort vogelnestje. De vlechten zijn nu nog dun maar gaan nog rijzen tijdens het bakken.

Leg de broodjes op een met bakpapier beklede bakplaat. Klop 1 ei los en bestrijk hiermee de broodjes. Strooi de sesamzaadjes er overheen. Leg daarna 1 ei in het midden van elk broodje. Bak de broodjes in 15 minuten gaar en goudbruin. Als je met 2 vingers op de onderkant klopt, horen ze hol te klinken.

