



Worteltaartyoghurt

Ingrediënten:

- 200ml geitenyoghurt of kwark
- 1 bevroren banaan (snijd in stukken alvorens je befrist)
- 1 kop geraspte wortel
- 2 medjool dadels, ontpit
- 1 theelepel vanille extract
- ½ theelepel kaneelpoeder
- ¼ theelepel gemberpoeder (optioneel als je niet zo van gember houdt)
- 2 ijsklontjes
- Optioneel: 1 theelepel macapoeder

Bereiding:



Doe alle ingrediënten in de blender tot je een lekkere yoghurt structuur hebt. Voeg een beetje (geiten)melk toe als de mix te dik is en gemalen lijnzaadjes als het te dun is. Toppings naar keuze: kokosrasp, grof gesneden hazelnoot etc.

