



Tamara's recepten



Tamara's Kruidkoek

Ingrediënten:

- 250 ml zelfrijzend bakmeel
- 150 gram suiker
- 1 tl kaneel
- 1 tl nootmuskaat
- 1 tl kruidnagelpoeder
- 225 ml halfvolle melk
- 75 gram ongebranden/ongezouten noten
- 100 gram cranberries
- boter om cakevorm in te vetten

Bereiden:

- Meng in een grote kom het zelfrijzend bakmeel, suiker, kaneel, nootmuskaat en kruidnagelpoeder en doe hier als laatste de melk bij.
- Hak de noten fijn en meng dit samen met de cranberries door het beslag.
- Giet dit dan voorzichtig in een ingevette cakevorm en bak deze in 45 minuten gaar in een voorverwarmende oven van 175 graden.



Tamara's voedingadvies

voedingsdeskundige & gewichtsconsulente

Tamara Rossingh
info@tamarasvoedingsadvies.nl
www.tamarasvoedingsadvies.nl
06-10732104