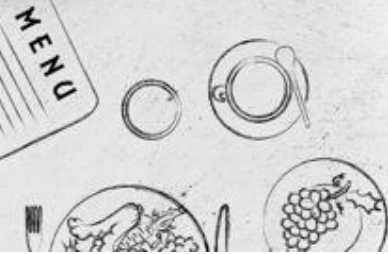




Diëtistenpraktijk
De Snekens

Wendie Pluymers
Kinderdiëtiste - Sportdiëtiste



KERSENPLAATTAART



Ingrediënten (voor 1 plaat van 20 porties):

- 400 g speltbloem
- 200 g amandelmeel
- 250 g Tagatesse zoetstof
- 50 g bakpoeder
- Zout
- 7 eieren
- 2 el vanille-aroma
- 250 g kersen



Bereidingswijze:

- Verwarm de oven voor op 160° C.
- Meng alle ingrediënten onder mekaar (behalve de kersen).
- Vet een rechthoekige of vierkante siliconen bakvorm (zo hoef je hem niet in te vetten).
- Stort het deeg in de bakvorm en verdeel evenredig in de bakvorm.
- Was de kersen, verwijder de steeltjes en ontpit ze.
- Duw de kersen lichtjes in het deeg.
- Bak de kersenplaattaart gedurende 50 minuten op 160° C.
- Haal uit de oven en laat afkoelen op een rooster.
- Laat het smaken!