



NATUURLIJK, FAIR & JAMMIE

Gemaakt door de natuur, verzorgd door de mens...
GreenAge is ons antwoord op jouw vraag naar gezond,
verantwoord en gewoon... jammie!

Crostini's met zachte geitenkaas & belugalinzen



	15 stuks
	30 minuten



Natuurlijk:
niets anders dan het pure
product, zoals de natuur
het bedoeld heeft

Natuurlijk
Schaalvriendelijk
Plantvriendelijk



Ingrediënten:

- 15 plakken (oud) stokbrood, ciabatta
- wat druppels milde olijfolie
- door midden gesneden teen knoflook
- 50 gram GreenAge Belugalinzen
- bouillonblokje
- ½ eetlepel extra vergine olijfolie
- enkele druppels citroensap
- theelepel honing
- 100 gram geitenroomkaas
- 50 gram zachte geitenkaas
- scheutje room of melk
- 5 sprietjes bieslook, in dunne ringetjes gesneden



Bereiding:

- breng een halve liter water aan de kook en los hierin het bouillonblokje op
- doe de linzen erin en laat op zacht vuur in ca. 20 minuten gaar worden (let op dat de linzen niet te zacht worden maar lekker knapperig blijven)
- maak ondertussen de geitenkaas en de crostini's:
- verhit een (gril)pan en bestrijk heel licht met wat milde olijfolie, rooster hierin het brood aan beide kanten goudbruin en knapperig
- leg de crostini's op een schaal of groot bord en wrijf met de sijkant van de knoflook over de zijde waarop je straks de geitenkaas en linzen doet (de knoflook geeft hierdoor een subtiele smaak en geur af aan het brood)
- roer roomkaas, zachte kaas en de helft van de bieslook door elkaar, maak het eventueel wat smeueriger en smerbaarder met een klein beetje room of melk, breng op smaak met peper en zout
- giet de linzen af en laat afkoelen
- maak een dressing van olijfolie, citroensap en honing, roer door de linzen en breng op smaak met peper en zout
- smeer een laagje van het geitenkaasmengsel op iedere crostini, doe er een lepeltje linzen op strooi er de rest van de bieslook over

Tips

- meng een theelepel za'atar door de dressing
- gebruik andere soorten stevige linzen zoals berglinzen of Franse linzen
- in plaats van crostini's kun je ook crackers of verse ciabatta of stokbrood gebruiken

Gemaakt door de natuur, verzorgd door de mens...



NATUURLIJK, FAIR & JAMMIE



Kokos-quinoatoetjes met mango

4 personen
 20 minuten + afkoelen

Fair:
eerlijk gekocht voor een
eerlijke prijs



Ingrediënten:

- 500 ml kokosmelk
- 100 ml (kokos)room
- 50 gram GreenAge kokosbloesemsuiker
- het merg van 1 vanillestokje
- heel fijn geraspte schil van 1 onbehandelde limoen
- 4 kardemompeulen
- 1 kaneelstokje
- 1/4 theelepelt zout
- 150 gram GreenAge quinoa
- 150 gram verse mango, in kleine blokjes gesneden
- het sap van 1 limoen
- 1 eetlepel honing
- een handje GreenAge kokos



Bereiding:

- verwarm kokosmelk, room, kokosbloesemsuiker, zout, vanillemerg, kardemompeulen en het kaneelstokje
- zodra het mengsel bijna kookt, voeg je de quinoa toe
- zet het vuur half hoog, roer af en toe totdat de quinoa gaar is – dit duurt ca. 12-15 minuten
- als het mengsel wat dik is en/of de quinoa nog een beetje hard, voeg dan een extra scheutje kokosmelk of room toe en gaar eventueel nog even door
- houd er rekening mee dat het mengsel flink wat steviger wordt wanneer het is afgekoeld, dus maak het mengsel voor je gevoel relatief dun (karnemelkdikte)
- haal de pan van het vuur en verwijder kaneelstokje en kardemompeulen
- laat afkoelen tot lauw en zet in de koeling tot gebruik
- meng de mango met het limoensap en de honing
- schep de quinoa in schaalpjes, schep er de mango over en bestrooi tot slot met de kokos, serveer direct

& Jammie:
biologisch is niet alleen
gezonder, het is ook zo
ontzettend veel lekkerder!

Tips

- gebruik ander zacht fruit zoals aardbeien, frambozen, bessen
- gebruik zwarte of rode quinoa of gebruik verschillende kleuren quinoa door elkaar
- pof wat quinoa in een droge koekenpan met deksel en strooi vlak voor het opdienen over de toetjes
- rooster de kokos eerst in een droge koekenpan



Voor meer informatie,
recepten en tips:

www.greenage.nl

