



Bron: [Amanprana.eu](https://amanprana.eu) | Chef: [Sandra Maes](#) | ©Sandra Maes

# Havermout recept met maca poeder

## Ingrediënten

- 4el Glutenvrije haver
- 200ml Plantaardige melk
- 1tl Olijfolie of walnootolie (Amanprana Verde Salud olijfolie of Amanprana Walnootolie)
- 1tl Witte amandelpasta (ongeroosterd)
- 1/4tl Maca poeder
- 1 Snufje fleur de sel (Amanprana Khoisan fleur de sel)

## Extra info

---

### Recept geschikt voor:

1 porties

### Moeilijkheid:



### Vorbereidingstijd:

5 minuten

### Bereidingstijd:

10 minuten

### Totale bereiding:

15 minuten

## Gebruikte producten

---

De **Amanprana producten** die gebruikt zijn bij het maken van havermout recept met maca poeder

- [Fleur de sel](#)
- [Olijfolie - Verde Salud](#)
- [Walnootolie](#)

## Bereiding

Breng de melk aan de kook. Voeg de glutenvrije haver toe en blijf goed roeren. Wanneer de haver welt, voeg je de rest van de ingrediënten toe. Roer goed door en dien op. Geniet van deze hartverwarmende pap!

## Speciale wensen

---

- [Vegetarisch](#)
- [Glutenvrij](#)
- [Veganistisch](#)
- [Lactosevrij](#)