



Carrot Chocolate Chip Cookies



Sneak some veggies into your cookies. These carrot chocolate chip cookies are the perfect afternoon snack.

CARROT CHOCOLATE CHIP COOKIES

Servings: 10-12 cookies

Preparation time: 15 minutes + 30 minutes in refrigerator + 10-15 minutes in oven

INGREDIENTS:

- 1 carrot, grated
- 25 grams of walnuts, finely chopped
- 25 grams of cacao nibs
- 50 grams of coconut oil
- 22 grams of oats
- 6 tablespoons of spelt flour
- 1/4 teaspoon of baking powder
- 3 tablespoons of cane sugar
- 1/2 teaspoon of vanilla extract
- 1/4 teaspoon of salt
- 1/8 teaspoon of nutmeg powder
- 1/8 teaspoon of cinnamon powder
- 1 tablespoon of grounded flax seeds
- 2 tablespoons of luke-warm water





INSTRUCTIONS:

1. Add the flax seeds and the luke-warm water into a small bowl and mix together. Set it aside for a few minutes.
2. In the meantime, add the flour, baking powder, nutmeg, cinnamon and salt into a bowl and mix together.
3. Then add the carrot, coconut oil, sugar, vanilla extract and the flax seed mixture (flax egg) into a food processor and mix until combined.
4. Scrape the batter into a bowl and refrigerate for 30 minutes.
5. After 30 minutes, preheat your oven to 190° C and remove the batter from the refrigerator.
6. Stir in the oats, walnuts and cacao nibs.
7. Using a tablespoon, scoop batter into balls (or like me Easter molds) and place on baking sheet with parchment paper.
8. Bake for 10-15 minutes until golden brown. Enjoy!

NOTES:

Can be stored in an air-tight container for 3 days.



Wortel-Chocoladekoekjes



Doe stiekem wat groenten in je koekjes. Deze wortel-chocoladekoekjes zijn de perfecte middagsnack.

WORTEL-CHOCOLADEKOEKJES

Porties: 10-12 koekjes

Bereidingstijd: 15 minuten + 30 minuten in de koelkast + 10-15 minuten in de oven

INGREDIËNTEN:

- 1 wortel, geraspt
- 25 gram walnoten, fijngehakt
- 25 gram cacao-nibs
- 50 gram kokosolie
- 22 gram havervlokken
- 6 eetlepels speltbloem
- 1/4 theelepel bakpoeder
- 3 eetlepels rietsuiker
- 1/2 theelepel vanilla extract
- 1/4 theelepel zout
- 1/8 theelepel nootmuskaat
- 1/8 theelepel kaneelpoeder
- 1 eetlepel gemalen lijnzaad
- 2 eetlepels lauwwarm water



INSTRUCTIES:

1. Doe het lijnzaad en het lauwwarme water in een kommetje en meng. Zet het een paar minuten opzij.
2. Doe ondertussen de bloem, het bakpoeder, de nootmuskaat, de kaneel en het zout in een kom en meng.
3. Voeg vervolgens de wortel, kokosolie, suiker, vanille-extract en het lijnzaadmengsel (vervang-ei) toe aan een keukenmachine en mix tot een geheel.
4. Schraap het beslag in een kom en zet het 30 minuten in de koelkast.
5. Verwarm na 30 minuten de oven voor op 190 ° C en haal het beslag uit de koelkast.
6. Roer de havervlokken, walnoten en cacao-nibs erdoor.
7. Gebruik een eetlepel om het beslag in balletjes te scheppen (of zoals ik in paasvormpjes) en leg ze op bakpapier met bakpapier.
8. Bak in 10-15 minuten goudbruin. Geniet ervan!

NOTA:

Kan bewaard worden in een gesloten container gedurende 3 dagen.





Biscuits aux Carottes et Pépites de Chocolat



Glissez des légumes dans vos biscuits. Ces biscuits aux carottes et pépites de chocolat sont la collation parfaite l'après-midi.

BISCUITS AUX CAROTTES ET PEPITES DE CHOCOLAT

Portions: 10 à 12 biscuits

Temps de préparation: 15 minutes + 30 minutes au réfrigérateur + 10-15 minutes au four

INGREDIENTS:

- 1 carotte, râpée
- 25 grammes de noix, hachées finement
- 25 grammes de pépites de chocolat
- 50 grammes d'huile de coco
- 22 grammes de flocons d'avoine
- 6 cuillères à soupe de farine d'épeautre
- 1/4 cuillère à café de levure chimique
- 3 cuillères à soupe sucre de canne
- 1/2 cuillère à café d'extrait de vanille
- 1/4 cuillère à café de sel
- 1/8 cuillère à café de muscade moulue
- 1/8 cuillère à café de cannelle moulue
- 1 cuillère à soupe graines de lin moulues
- 2 cuillères à soupe d'eau tiède





INSTRUCTIONS:

1. Ajoutez les graines de lin et l'eau tiède dans un petit bol et mélangez. Mettez-le de côté pendant quelques minutes.
2. Pendant ce temps, ajoutez la farine, la levure chimique, la muscade, la cannelle et le sel dans un bol et mélangez.
3. Ajoutez ensuite la carotte, l'huile de noix de coco, le sucre, l'extrait de vanille et le mélange de graines de lin (œuf de lin) dans un robot culinaire et mélangez jusqu'à homogénéité.
4. Raclez la pâte dans un bol et réfrigérez-la pendant 30 minutes.
5. Après 30 minutes, préchauffez votre four à 190 ° C et sortez la pâte du réfrigérateur.
6. Incorporez les flocons d'avoine, les noix et les pépites de chocolat.
7. À l'aide d'une cuillère à soupe, divisez la pâte en boules (ou comme moi des moules de Pâques) et placez-la sur une plaque à pâtisserie avec du papier sulfurisé.
8. Cuissez au four pendant 10 à 15 minutes jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Bon appetit!

REMARQUE:

Peut être conservé dans un conteneur fermé pendant 3 jours.

