

Recept gezonde oranje kwarktaart

Ingrediënten

Voor de bodem:

- 130 gram dadels (zonder pit)
- 40 gram roomboter (gesmolten)
- 40 gram walnoten
- 75 gram haverhout

Voor de kwarkvulling:

- 1000 gram kwark naar keuze (magere kwark om het gezond te houden!)
- 200 gram naturel roomkaas light
- 100 gram aardbeien + een halve mango (voor de oranje kleur), ander fruit mag ook
- 12 blaadjes gelatine
- 1 sinaasappel

Extra kook gereedschap:

- Taartvorm
- Bakpapier / aluminiumfolie
- Staafmixer
- Handmixer
- Rasp

Bereidingswijze

1. Week de gelatine in een kom met koud water
2. Bekleed de bodem van de taartvorm met bakpapier of aluminiumfolie
3. Mix en maal de ingrediënten voor de bodem fijn en bekleed de taartvorm hiermee, druk goed aan en plaats de taartvorm in de koelkast.
4. Meng de kwark en roomkaas met een handmixer in een kom, verdeel het mengsel over twee kommen
5. Mix het fruit fijn met een staafmixer en meng dit met de helft van het kwarkmengsel
6. Knijp de gelatine uit en verhit dit met 5 eetlepels water en laat het smelten tot een geheel
7. Voeg de helft van de gelatine toe aan het kwark mengsel, de andere helft aan het kwark-fruit mengsel, mix dit goed door.
8. Giet het kwarkmengsel op de bodem en giet vervolgens het kwark-fruit mengsel eroverheen
9. Laat de taart 5 uren opstijven in de koelkast.
10. Versier de kwarktaart met sinaasappelpers zodat de taart er extra feestelijk uitziet!

EET SMAKELIJK!!

(Deze taart mag je best als ontbijt nemen!! 😊)