

Voor heerlijke chocolade havermout repen heb je nodig:

-250 gram havermout*

-75 gram zonnebloempitten*

-3 bananen

-15 gram cacao poeder

-4 eetlepels honing*

*Producten met een * zijn verkrijgbaar in de molenwinkel*

Verwarm de oven voor op 180 graden.

Prak de bananen en meng dit met de andere ingrediënten zodat het een egaal deeg wordt. Voeg eventueel naar smaak wat noten of rozijnen toe. Vet een ovenschaal in, doe het deeg in de schaal en strijk het glad. Bak dit 20 minuten in de oven en laat het afkoelen. Snijd het daarna in repen.

Tip: je kunt deze repen heel goed in de vriezer bewaren.

