

Pecankoek



Met specerijen & zonder geraffineerde suiker

Ingrediënten voor circa 16 stukjes:

Voor de onderlaag

- 180 gram gebuild meel
- 1 theelepel bakpoeder
- 90 gram roomboter
- 3 eetlepels rijststroop
- 90 gram grof gemalen pecannoten
- 1 ei
- 2 eetlepels melk
- Snufje nootmuskaatpoeder
- ½ theelepel speculaaskruiden
- ½ theelepel kaneelpoeder
- ½ theelepel gemberpoeder
- Snufje zout

Voor de kruimellaag

- 2 eetlepels bloem
- 2 eetlepels oerzoet
- Snufje nootmuskaatpoeder
- Stukje (1 cm.) vers geraspte gember
- 30 gram roomboter
- 30 gram pecannoten

Bereiding:

1. Verwarm de oven voor op 175°C.
2. Bekleed een (vierkant) bakblik of ovenschotel van circa 20 x 20 cm. met bakpapier.
3. Klop de roomboter zacht met een mixer.

4. Roer de rijstroop er door.
5. Klop het ei er goed door.
6. Voeg gebuild meel, bakpoeder, specerijen, zout, gemalen pecannoten, melk toe en meng dit goed met een lepel. Het deeg blijft een beetje droog.
7. Verdeel het deeg over de bodem van het bakblik.
8. Maak een kruimellaag door bloem, oerzoet, nootmuskaat, geraspte gember, roomboter tussen je vingers te wrijven tot er een kruimelig deeg ontstaat. Meng hier de pecannoten door.
9. Verdeel de kruimellaag over het deeg in het bakblik.
10. Bak de koek in het midden van de oven in 25-30 minuten gaar.
11. Aflaten koelen en in 16 stukken snijden.

*Een pikante, niet erg zoete, versnapering
zonder geraffineerde suiker.*

Pecannoten

Pecannoten komen oorspronkelijk uit het zuiden van Noord-Amerika. De loofbomen waaraan ze groeien zijn hoog en houden van een subtropisch klimaat.

De gepelde noten lijken een beetje op walnoten en daar zijn ze ook familie van, maar de smaak is iets zoeter en de vorm is wat langer en dunner.

Pecannoten worden vanwege hun zoete smaak meestal gebruikt in zoet gebak of ijs.

De vrij dunne schil is glad en grijsbruin. De pecannoten met roodbruine schil uit de supermarkt zijn meestal geleverd.

Dit recept komt uit *Bakbijbel* (ISBN 9043907847) en is bewerkt door **Voedwel**, Ineke Fienieg, natuurvoedingskundige: www.voedwel.nl

Recept: 1511
Gebak
Seizoen: hele jaar