



KRUIDNOTEN – IDDSI 4



*Sint is weer in het land dus pak die kruidnoten maar bij de hand! Deze kruidnoten maak je op niveau 4 **glad gemalen**.*

Benodigheden voor 1 à 2 personen:

- 25 gram kruidnoten
- melk

Aan de slag:

1. Leg de kruidnoten in een schaaltje en besprenkel ze met twee volle eetlepels melk. Roer even door elkaar, zodat de kruidnoten overal nat worden. Laat even staan voor zo'n 10-15 minuten.
2. Besprenkel daarna nogmaals met een eetlepel melk. Als het goed is zijn de kruidnoten nu zacht genoeg om met een vork glad te prakken of gebruik een staafmixer om een gladde massa te krijgen. Voeg eventueel kleine beetjes extra melk toe om een gladde massa te maken; voeg halve eetlepels toe. Je hebt de goede consistentie wanneer de kruidnotenmassa niet meer aan een gekantelde lepel blijft plakken. Het mag niet door de tanden van een vork druipen, dan is het te dun.
3. Serveer met een lepeltje op een schoteltje in de vorm van kruidnoten.

