

FIT & GEZOND LEVEN

# NECTARINE MOUSSE

vegan

## INGREDIENTEN

**Mousse:** 750 ml appelsap,  
agar agar poeder of vlokken  
(Verkrijgbaar in natuurvoedingswinkels),  
paar korrels zeezout,  
3 nectarines, in kleine stukjes gesneden,  
1 eetlepel rijststroop,  
1 eetlepel witte amandelpasta.

**Cashewcreme:** 1 goeie hand cashewnoten,  
beetje vanillepoeder,  
granenmelk (tot gewenste dikte)

## BEREIDING

**Mousse:** **1.** Breng de appelsap aan de kook met een snufje zeezout en agar agar. (Voeg de dubbele hoeveelheid toe die staat aangegeven op de verpakking van de agar agar. Dus; staat er 4 gr op 750 ml. Voeg dan 8 gr op 750 ml toe) Voeg de laatste minuut de nectarine stukjes toe.

**2.** Giet het mengsel vervolgens in een schaal en laat het afkoelen.

**3.** Als het stijf(!) is met de blender malen en naar smaak rijststroop en witte amandelpasta toevoegen.

**Crème:** **1.** Week de cashewnoten een nacht in wat water.

**2.** Giet het water af en mix het met een blender.

**3.** Voeg vervolgens vanillepoeder, rijststroop en rijstmelk toen naar wens

**4.** Serveer met de crème en eventueel een blaadje munt en rood fruit.

EET SMAKELIJK!