

## Chocolade havermoutkoekjes



Dit zijn de favoriete koekjes uit Loma Linda, de Blauwe Zone die vlakbij Los Angeles ligt. De eeuwelingen eten ze als ontbijt omdat ze supergezond zijn.

### **Dit heb je nodig:**

250g havermout  
4 rijpe bananen  
75g walnoten, fijngemaakt  
1 kl maagzout (natriumbicarbonaat)  
1 afgestreken el cacao poeder  
1 kl kaneel  
nootmuskaat

### **Zo maak je ze:**

Verwarm de oven op 180°C.  
Maal de havermout in een blender tot fijn meel. Doe het dan in een kom.  
Voeg hierbij het maagzout, de cacao, kaneel en schud er wat nootmuskaat bij.  
Plet de bananen goed fijn.  
Meng alle ingrediënten onder elkaar.  
Maak koekjes van 1cm dik.  
Bak ze gedurende 15 minuten in de oven op 180°C.  
Laat afkoelen.

Bron: [www.blauwvlaanderen.be](http://www.blauwvlaanderen.be)