

Billiebubs bakt!

(H)EERLIJKE RECEPTEN EN SNACKS VOOR
BABY'S EN JONGE KINDEREN



CLARA DESMET
ELKE VANHOLLEBEKE



Beste lezer,

Allereerst, proficiat! Het feit dat jij dit boek hebt aangekocht, wil zeggen dat jij op zoek bent naar gezonde en toch lekkere recepten en tussendoortjes voor je kleine bubs. (Of voor jezelf, helemaal prima!) In een wereld vol suiker, kleurstoffen, smaakstoffen en bewaarmiddelen kunnen wij dit alleen maar toejuichen.

Met onze Billiebubs in de glansrol, tonen we jullie 20 recepten om gezellig met je kindje(s) aan de slag te gaan in de keuken. Daarnaast vind je ook enkele leuke quotes, handige tips en verrassende wist-je-datjes terug. We wensen jullie met ons e-book veel inspiratie en goedgevulde maagjes toe.

Liefs.

Elke en Cara

Praktisch

Elk recept in dit e-book kan met al onze soorten Billiebubs of fruitpoeders gemaakt worden. Het kleur van het tekstblok waarin het recept is uitgeschreven, geeft onze voorkeur qua Billiebubs aan. Billiebubs en fruitpoeders kunnen steeds aangekocht worden via www.billiebubs.be of bij onze verkooppunten.

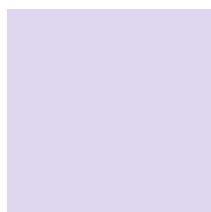
Voorbeeld



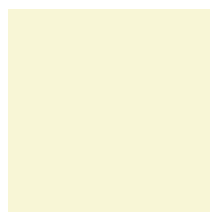
Billiebubs for
cosy mornings



Billiebubs for
sweet mornings



Billiebubs for
sunny mornings



Billiebubs for
easy mornings

Bovenaan elk recept kan je de geschikte leeftijd per recept terugvinden. Dit is een vanaf leeftijd, maar we rekenen er op dat je steeds je gezond verstand en het ritme van je eigen kind volgt.

Voorbeeld



+ 1 jaar



Inhoudstafel

Pagina	Recept
5-6	Chocolade mellowes
7-8	Energieballetjes
10-11	Havermuffins
12-13	Havermout uit de oven
15-16	Banaanpannenkoekjes
17-18	Sticky fingers
20-21	Fruitijsjes
22-23	Powersmoothie
25-26	Ontbijtwafels
27-28	Toast met fruitpoeder
30-31	Havermout-pindarepen
32-33	Appeldonuts
35-36	Overnight oats
37-38	Gezonde taartjes
40-41	Havermoutkoekjes
42-43	Cheesecake
45-46	Crumble
47-48	Appelpods
50-51	Ontbijtpizza
52-53	Mugcake

+ 2 jaar

Chocolade melloes



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Chocolade mellowes

Wat te doen op een trage zondagmiddag? Waarom je geliefden niet verrassen met heerlijke, zachtzoete chocolade mellowes. Easy to make, easy to eat ;)

- 1 el kokosolie
- 1/2 tl vanille extract of een snuifje verse vanillepoeder
- 1/2 tl honing
- 70 ml (plantaardige) melk
- 120 Billiebubs for sweet mornings
- 15 g chocoladedruppels
- 50 g pure chocolade
- snuifje zout
- aardbeipoeder

Meng de gesmolten kokosolie, honing en vanille extract in een grote kom. Voeg er de melk bij en het snuifje zout. Meng er de Billiebubs for sweet mornings en de chocoladedruppels onder. Blijf dit goed mengen tot je een dikke brij krijgt. Maak met je handen bolletjes en plaats op een schaal met bakpapier. Plaats in de koelkast voor 20min.

Smelt de pure chocolade au bain marie en rol de bolletjes door de gesmolten chocolade. Leg ze terug op het bakpapier en werk af met aardbeipoeder. Plaats even terug in de koelkast tot de chocolade hard is en... enjoy!

+ 1 jaar

Energie balletjes



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Energie balletjes

Deze energie balletjes zorgen ervoor dat je kindje een hele voormiddag kan spelen met een verzadigd buikje tot aan de middag! Wij maken deze nu met Billiebubs for easy mornings, maar je kan al onze Billiebubs smaken hiervoor gebruiken.

- 1 el kokosolie
- 1 el melk
- 45 gr Billiebubs
- 10 dadels, ontpit
- snuifje zout
- kokosschilfers

Week de dadels voor 10 minuten in lauwwarm water. Doe alle ingrediënten behalve de kokosschilfers in de blender en blend tot je een plakkerig mengsel krijgt. Rol bolletjes in je handpalm en rol deze bolletjes door de kokosschilfers. Laat even rusten in de koelkast en...smullen maar!

Tip voor vermoeide ouders: vervang de melk door koffie en geniet met een kopje zwart goud na een vermoeiende nacht. 😊

Wist je dat...?

Een kind gemiddeld 12 keer iets moet proeven alvorens hij aan een bepaalde smaak gewend is. Da's 12 keer broccoli:



Dat wil natuurlijk niet zeggen dat je kind na 12 keer proeven àlles zal lusten. Elk kind ontwikkelt ook persoonlijke smaakvoorkeuren.

+ 1 jaar

Havermuffins



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Havermuffins

Muffins als ontbijt?! Waar kunnen we tekenen? Deze gezonde havermuffins zijn een leuk alternatief op een klassiek ontbijtje of serveer ze als namiddagsnack met wat extra fruit of yoghurt er bij.

- 100 gr Billiebubs
- 1,5 tl bakpoeder
- 2 eieren
- 1 appel met schil
- 1 banaan

Doe alle ingrediënten in de blender en blend tot een mooie massa. Plaats in ingevette of siliconen muffinvormen en laat de muffins ongeveer 25min garen in een voorverwarmde oven van 180 graden. Even afkoelen en smullen maar!

+ 1 jaar

Havermout uit de oven



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Havermout uit de oven

Wanneer we deze havermout uit de oven maken met onze Billiebubs for cosy mornings, dan voelt het precies alsof we guilt-free appeltaart aan het eten zijn. We moeten dan ook toegeven dat we deze vaker in de namiddag als toetje klaarmaken dan als ontbijtje.

- 50 gr Billiebubs
- 150 ml (plantaardige) melk
- 1 appel geraspt
- 1 el geweekte rozijnen in lauw water

Meng alle ingrediënten door elkaar en doe in een vuurvast kommetje. Bak gedurende 15 minuten in een voorverwarmde oven van 175 graden. Even laten afkoelen en onmiddellijk opeten. Heel lekker met wat frisse yoghurt bij geserveerd!



Hoe kan je de ochtend van je peuter verpesten?

Stap 1: Vraag je peuter wat hij wil eten

Stap 2: Maak exact datgene klaar



+ 8 maand

Banaanpannenkoekjes



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



+ 8 maand

Banaanpannenkoekjes

Slechts 4 ingrediënten, 5 minuten van je tijd et voilà! Een gezond, lekker en poepsimpel ontbijtje voor jou en je kleine bubs. Je kan deze pannenkoekjes pimpen met fruit, pindakaas, yoghurt,...whatever you please.

- 1 ei
- 1 banaan (liefst overrijp)
- 20 gr Billiebubs
- 1 tl kokosolie

Prak de banaan fijn en meng er het ei en de Billiebubs door. Bak in de pan op een medium vuur in de kokosolie, tot beide kanten er gaar uitzien. 1 eetlepel van het mengsel is voldoende voor 1 pannenkoekje, hoe groter de pannenkoekjes, hoe moeilijker ze te draaien zijn, dus ga voor klein en fijn. Werk af met toppings naar keuze en enjoy!

+ 8 maand

Sticky fingers



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



+ 8 maand

Sticky fingers

Eén van de allereerste snacks die je bubs kan eten (naast fruit-en groentenpap natuurlijk) zijn deze sticky fingers. Onze sticky fingers, gemaakt met Billiebubs, zijn ook ideaal om de Baby Led Weaning methode toe te passen. Smullen zullen ze, maar opgepast voor het smosgevaar!

- 70 gr Billiebubs
- 90 ml (plantaardige) melk
- 1/2de appel, geschild en geraspt

Meng de ingrediënten en laat een minuutje rusten zodat de melk de haveremout goed kan opnemen. Doe het mengsel in een microgolfveilig bordje en duw het goed aan tegen de bodem. Plaats 1 minuut op de hoogste stand in je microgolfoven, het mengsel zou een beetje van de rand moeten loskomen. Indien dit niet het geval is, verwarm nogmaals voor 20 seconden. Laat even afkoelen en snij dan in reepjes. Check altijd of de sticky fingers niet te warm zijn alvorens ze aan je kleine bubs te geven.

Verschillende fases van proeven

Fase 1: je kind verdraagt het voedingsmiddel in zijn / haar buurt
vb: Het mag op het bordje blijven liggen.

Fase 2: je kind wil het voedingsmiddel aanraken
Vb. "Als je het niet wil opeten, leg jij het aan de zijkant van je bord?"

Fase 3: je kind wil aan het voedingsmiddel likken
Vb. "Kan je de broccoli eens kietelen met het puntje van je tong?"

Fase 4: je kind kauwt op het voedingsmiddel zonder slikken.
Vb. "Kan je de broccoli tot moes duwen met jouw sterke kaken?"

Fase 5: Je kind eet het voedingsmiddel op!



"Elke fase is een overwinning op zich en het kan zijn dat je af en toe moet terug schakelen naar een vorige fase."

+ 6 maand

Fruitijsjes



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



+ 6 maand

Fruitijsjes

Een warme zomerdag vraagt om een lekker, verfrissend ijsje! Aangezien onze kleinste bubsjes nog niet kunnen meegenieten van pakweg Häagen-Dazs met salted caramel (sorry not sorry, meer voor mama), hebben we voor hen verfrissende waterijsjes voorzien. Met dit recept kan je ein-de-loos variëren en vanaf 1 jaar kan je ook melk of yoghurt toevoegen voor een meer roomijsachtige smaak.

- 1 banaan
- 250 ml water
- 2 el aardbeipoeder

Doe alle ingrediënten in een blender en mix tot een mooi geheel. Doe het mengsel in ijsvormpjes en plaats in de ijskast. Geniet van een verfrissende cocktail terwijl de ijsjes invriezen. Enjoy!

+ 6 maand

Powersmoothie



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



+ 6 maand

Powersmoothie

Is er een eenvoudigere manier om je kinderen veel vitamientjes te geven dan in een smoothie? Neen, die is er niet. Wanneer we voor onze bubsjes een smoothie maken, dan willen we er zeker van zijn dat er zo veeeeeeel mogelijk superfruits inzitten. Vandaar onze keuze voor cassispoeder, aka ons super super super fruit.

- 1 handvol bosbessen
- 1 handvol mangoblokjes
- 100 ml kokoswater (enkel 100% kokoswater, zonder suikers!)
- 50 ml (plantaardige) melk
- 2 afgestreken el cassispoeder

Doe alle ingrediënten in een blender en mix tot een mooie, gladde smoothie. Afhankelijk of je de smoothie wil uitlepelen of drinken, doe je er meer of minder vocht in. Niet verschieten als je baby na deze smoothie plots z'n eigen eetstoeltje kan optillen, het is écht een powerbommetje!

Tip: Vervang de melk door yoghurt en je hebt een goed verzadigende ontbijt smoothiebowl!

**By the age of 3, the
average toddler has
taken exactly 2 bites
out of 479 bananas**

+ 1 jaar

Ontbijtwafels



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Ontbijtwafels

Aaaaaah wafels, what's not to love? Een favoriet bij groot en klein en zo gemakkelijk te pimpen met jouw favoriete smaken en toppings! Wij creëerden een iets gezondere versie, gemaakt met Billiebubs natuurlijk.

- 120 gr Billiebubs
- 90 ml (plantaardige) melk
- 1 banaan
- 1 ei
- 1/2 tl bakpoeder
- snuifje vanillepoeder

Mix alle ingrediënten in de blender tot een mooi geheel en laat even rusten terwijl je wafelijzer opwarmt. Doe wat beslag in het wafelijzer en bakken maar. Ja, het is écht zo gemakkelijk! Experimenteer met extra smaken door een koffielepeltje fruitpoeder toe te voegen en versier je wafels met lekker fruit, slagroom, chocolade,...whatever you like! Smakelijk!

+ 1 jaar

Toast met fruitpoeder



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Toast met fruitpoeder

Billiebubs verkoopt dan wel ontbijtjes op basis van havermout, dat wil helemaal niet zeggen dat wij tégen boterhammen zijn. Boterhammen kunnen evengoed snel, gemakkelijk en voedzaam zijn...het hangt natuurlijk allemaal van het beleg af!

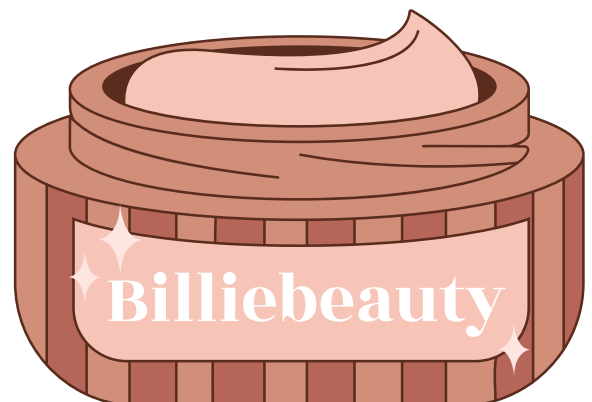
- 1/2 tl fruitpoeder
- roomkaas of cottage cheese

Meng simpelweg een halve theelepel van je favoriete fruitpoeder door een grote eetlepel verse kaas en smeer een mooi laagje op je favoriete brood. Werk af met wat vers fruit of groentjes en je hebt alweer een heerlijk en gezond ontbijt op tafel getoverd.

Tip voor de allerkleinsten: snij een boterham in soldaatjes en laat ze lekker doppen in de fruitkaas, succes gegarandeerd!

Wist je dat...?

Havermout goed is voor je huid?
Het wordt dan ook heel vaak
gebruikt in beautyproducten! Dus,
de volgende keer dat je kleintje
onder de Billiebubs hangt...
eens goed open smeren?



+ 2 jaar

Havermout- pindarepen



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Pindarepen

- 120 gr Billiebubs
- 70 gr pindakaas (100% pinda, check de ingrediëntenlijst!)
- 85 ml water
- 25 gr pure chocolade
- 2 el kokosolie of arachideolie
- snuifje zout

Verwarm de oven voor op 180 graden. Meng de pindakaas met het water in een kommetje en verwarm dit ongeveer 30 seconden in de microgolf. Roer goed door elkaar tot je een gladde pindakaassaus krijgt. Voeg een snuifje zout toe. Voeg nu de pindakaassaus bij de Billiebubs en meng goed dooreen. Voeg tenslotte ook de kokosolie toe. Verspreid het mengsel over een ovenschaal bekleed met bakpapier en bak gedurende 20 minuten. Laat even afkoelen en snij in repen. Indien je er een echte treat van wil maken, kan je afwerken met wat gesmolten donkere chocolade.

Tip: Voor de grotere kindjes kan je pindakaas met stukjes gebruiken of extra 40gram gehakte pindanootjes toevoegen.

+ 2 jaar

Appeldonuts



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



+ 2 jaar

Appeldonuts

- appel
- appelboor

De spreads:

- kokosyoghurt (of een andere yoghurt naar keuze)
- 1 el fruitpoeder

De toppings:

- vers fruit
- amandelschilfers
- gepofte quinoa
- kokosrasp
- pure chocolade
- rozijntjes

Gebruik een appelboor om het klokhuis van je appel te verwijderen en snijd vervolgens je appel in ringen. Meng de yoghurt met het fruitpoeder en bestrijk de appelringen met het mengsel. Werk af met je favoriete toppings naar keuze.

Tip: peuters vinden het ook heel erg leuk om de bestreken appelringen zelf te versieren!

Tips bij moeilijke eters:

Tip 1: Jij bepaalt wat en wanneer er gegeten wordt, je kind bepaalt hoeveel hij/zij eet. Probeer je kind nooit te forceren om meer te eten!

Tip 2: Etenstijd is geen machtsstrijd. Heeft je kind niks aangeraakt? Neem dan zijn / haar bord zonder commentaar weg wanneer iedereen klaar is met eten. Uiteraard geef je geen tussendoortjes tot aan het volgende eetmoment!

Tip 3: Eet op vaste tijdstippen, aan tafel en zonder afleiding van tv, tablet, boekje, ... kinderen houden van structuur!

Tip 4: Eten is plezant, laat je kind dit voelen! Laat hem / haar mee koken, zelf het bordje opscheppen of verzin samen leuke namen voor groenten zoals toverballen ipv spruitjes.

Tip 5: Geef. niet. op. Blijf gevarieerde maaltijden aanbieden aan je kind, in verschillende vormen en combinaties. Veel kinderen gaan automatisch beter eten naarmate ze ouder worden en dan zou het jammer zijn dat jij als ouder gestopt bent met een bepaald gerecht voor te schotelen.

+ 8 maanden

Overnight oats



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



+ 8 maanden

Overnight oats

Heb jij ook nooit veel tijd 's morgens? We feel you! Deze overnight oats zijn dé snelste manier om een voedzaam en lekker ontbijt op tafel te toveren. In een mooi kommetje of nog sneller on the go in een knijpzakje!

- 30 gr Billiebubs
- 90 ml (plantaardige) melk
- kokosrasp
- vers fruit

Meng de Billiebubs met de melk en doe de pap in een kommetje. Plaats 's avonds in de koelkast. Haal 's morgens de Billiebubs uit de koelkast en werk af met de kokosrasp en vers fruit naar keuze. Niet smeuiig genoeg? Roer dan voor het opdienen nog een scheutje melk doorheen de havermout.

Tip: je kan deze overnight oats ook klaarmaken met poedermelk, maar dan dien je 100ml melk te voorzien.

+ 1 jaar

Gezonde taartjes



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Gezonde taartjes

- 50 gr Billiebubs
- 1 kleine zoete aardappel
- verse yoghurt
- vers fruit naar keuze

Schil en kook de zoete aardappel gaar in ongeveer 15 minuten. Meng de gekookte zoete aardappel samen met de Billiebubs in een blender tot een glad beslag. Om het nog gladder te maken kan je eventueel een klein scheutje melk toevoegen. Bekleed twee tartelettevormpjes met het beslag en bak gedurende 15 minuten in een voorverwarmde oven van 185 graden. Laat afkoelen en haal uit de vormpjes. Versier met een lepel verse yoghurt en fruit naar keuze. Heerlijk met gebakken appeltjes met kaneel.

Tip: een leuk receptje indien je je kleine bubs mee taart wil laten eten voor zijn of haar eerste verjaardag!

**I love how my kids
can't find their shoes
but they can find a
tiny piece of onion in
their dinner**

+ 1 jaar

Haverkoekjes



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Haverkoekjes

Mmmmm, koekjes! Dromen we niet allemaal van guilt-free koekjes smullen? Wel, wij hebben jullie dromen waargemaakt! Dit gemakkelijke recept leent zich ook perfect als tussendoortje in de brooddoos van je kindjes.

- 100 gr Billiebubs
- 1 stoofpeer
- 1 el kokosolie
- 1 tl vanillepoeder / vanille extract
- 1 ei
- 20 gr bloem

Schil de peer en snij in kleine blokjes van max 1cm. Voeg de gesneden peer bij de andere ingrediënten en meng goed door elkaar. Schep ronde koekjes ter grootte van een eetlepel op een bakplaat met bakpapier. Bak gedurende 25 minuten in een voorverwarmde oven van 175 graden. Laat afkoelen en geniet!

+ 1 jaar

Cheesecake



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Cheesecake

- 400 gr roomkaas light
- 200 gr Griekse yoghurt
- 1 tl vanille aroma
- 3 eieren
- 1 el ahornsiroop
- 1 tl maïzena
- fruit naar keuze

Voor de bodem Ø26:

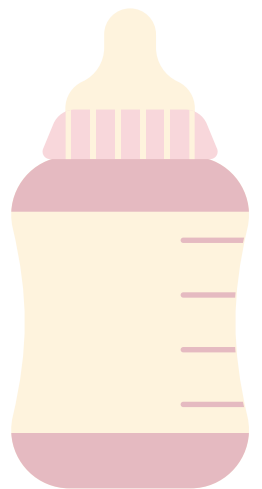
- 240 gr Billiebubs
- 6 el gesmolten kokosolie of arachideolie
- 6 dadels (op voorhand geweekt in lauw water)

Doe de ingrediënten voor de bodem in een blender en mix fijn. Bekleed de bodem van de bakvorm met bakpapier, verdeel daar het havermoutmengsel in en druk aan. Plaats 20 min in de koelkast en verwarm ondertussen je oven voor op 140 graden.

Mix de roomkaas met de Griekse yoghurt, vanille en ahornsiroop door elkaar. Voeg 1 voor 1 de eieren toe en mix deze er doorheen. Voeg op het laatst nog de maïzena toe en mix even mee. Giet het mengsel over de bodem. Bak de cheesecake in ongeveer 60 tot 70 minuten gaar. Laat hem afkoelen en versier met fruit naar keuze. Smakelijk!

Wist je dat...?

Je kleintje vanaf 8 maanden mag eten in een volwassen eetpatroon? Dat wil zeggen 3 hoofdmaaltijden en 2 tussendoortjes. Vanaf deze leeftijd dient melk ook meer ter ondersteuning en niet meer als volwaardige maaltijd!



+ 1 jaar

Crumble



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Crumble

- 100 gr Billiebubs
- 75 gr koude boter
- diepvries rood fruit mengeling
- 1 appel

Snij de boter in kleine kubusjes van 2 cm en kneed deze handmatig door de Billiebubs. Er mogen nog brokjes in zitten! Snij de appel in kleine stukjes en doe samen met de (bevroren) fruitmengeling in een ovenvast schaaltje. Doe er de Billiebubs mengeling bovenop en bak ongeveer 25 min (tot de crumble goudbruin is) in een voorverwarmde oven van 180 graden.

Tip: met een bolletje heerlijk vanilleijs erbij tover je in no-time een lekker dessert op tafel!



+ 1 jaar

Appelpods



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Appelpods

- 150 gr Billiebubs
- 200 gr ontpitte dadels (15min geweekt in lauw water)
- snuifje zout
- 2 appels

Doe de geweekte dadels en de appels in een blender en mix tot een fijne massa. Meng er de Billiebubs onder. Doe het mengsel in siliconen muffinvormpjes en druk goed aan. Je mag tot ongeveer 3cm hoogte vullen. Heb je geen siliconen muffinvorm? Ga dan voor appelrepen: bekleed een brownie bakvorm (of andere vierkante bakvorm met verhoogde rand) met bakpapier. Doe hier het havermoutmengsel in tot 3cm hoogte, verspreid mooi en druk goed aan. Bak gedurende 20 minuten in een voorverwarmde oven van 175 graden. Laat even afkoelen en snij in repen.

Tip: Ook een ideaal tussendoortje om mee te geven in de brooddoos!

Pureren of Rapley-methode:

Het verschil: Pureren spreekt voor zich. Bij de Rapley-methode ga je de etenswaren niet pureren, maar in zachte stukjes aan je kindje aanbieden zodat hij / zij zelf met de handjes kan eten.

De voordelen: Wetenschappelijk onderzoek staat dat wanneer je kleintje leert eten volgens de Rapley-methode, hij sneller vertrouwd raakt met meer verschillende smaken en texturen dan baby's die gepureerde voeding krijgen. Hierdoor is hij later minder kieskeurig en weigert hij minder vaak voedsel.

De nadelen: Doordat je kleintje in controle is, vliegt er ook veel meer eten uit het bordje dan in de mond...een goede stofzuiger en dweil is dus aangeraden! Ook kan je kindje sneller kokhalzen doordat het een iets te groot brokje probeert te slikken. Je dient extra waakzaam te zijn bij de Rapley methode.

Conclusie: Zolang je kind voldoende voeding binnen krijgt, lijkt het ons irrelevant op welke wijze dit gebeurt. Ben jij meer team "vliegtuiglepels" of team "eet maar lekker zelf"? Wat je ook kiest, indien jij en je kleintje zich er goed bij voelen, heb je juist gekozen!

+ 1 jaar

Ontbijtpizza



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Ontbijtpizza

- 200 gr Billiebubs
- 2 rijpe bananen
- 2 eieren
- 5 el kwark
- fruit naar keuze

Mix de Billiebubs, de 2 bananen en de eieren in een blender tot een gladde massa. De massa zal er als een deeg uitzien, maar is niet té stevig. Verdeel het deeg voor de bodem over een vel bakpapier en maak een ronde pizza vorm. Bak het deeg nu goudbruin in een voorverwarmde oven van 175 graden in ongeveer 20 tot 25 minuten. Laat de bodem afkoelen en verdeel dan de kwark als topping over de havermout bodem. Beleg (of laat je kindjes de pizza beleggen voor extra plezier!) met fruit naar keuze.

+ 1 jaar

Mug cake



#billiebubsbakt
@billiebubsofficial



Mug cake

- 3 el (plantaardige) melk
- 1 el kokosolie of arachideolie
- 2 el Billiebubs
- 1/4 tl bakpoeder
- snuifje zout
- 1 tl pindakaas (100%)

Meng de Billiebubs, melk, olie, bakpoeder en het snuifje zout en doe in een hittebestendige kop. Plaats de theelepel pindakaas er middenin en duw een beetje naar beneden zodat hij in het beslag zit. Plaats 30 seconden op de hoogste stand in je microgolf en daarna verschillende malen 15 seconden met een kleine rustpauze tussenin (zodat hij niet overloopt) tot de bovenkant er gaar uit ziet. Eens klaar, laat 5 minuutjes afkoelen en...enjoy!



Dankwoord

Beste lezer,

Er is maar 1 iemand die wij in dit e-book willen bedanken en dat... ben jij! Het is door jou en voor jou dat we dit e-book geschreven en ontwikkeld hebben. Jij hebt ons uitgedaagd om 20 recepten te ontwikkelen met onze eigen Billiebubs. Jij hebt ons geïnspireerd met je eigen recepten en jij hebt ervoor gezorgd dat wij talloze heerlijke gerechten hebben mogen proeven.

Bedankt!

Liefs,

Elke en Cara

Heb je een receptje uitgetest?

Deel een foto op sociale media met #billiebubsbakt en tag ons @billiebubsofficial. We reposten met veel plezier!