



Cakejes met fruitspiesje

voor 30 traktaties / 70 kcal per stuk

- 80 gram gedroogde dadels (zonder pit)
- 40 gram zachte margarine
- 3 eieren
- 150 gram appelmoes zonder toegevoegd suiker
- 100 ml karnemelk
- 2 theelepels vanillearoma
- 100 gram volkoren tarwe- of havermeel
- 150 gram amandelmeel
- 2 theelepels bakpoeder
- 600 gram fruit, zoals aardbeien, bessen, druiven, mango, druiven en kiwi
- Staafmixer of keukenmachine
- 30 papieren mini-cakevormpjes
- 30 cocktailprikkers

Variatie

Kies voor fruit uit het seizoen. Varieer bijvoorbeeld met partjes mandarijn of plakjes banaan.

1. Pureer de dadels met de margarine, eieren, appelmoes, karnemelk en het vanillearoma met een staafmixer of in een keukenmachine tot een smeug mengsel.
2. Meng het volkorenmeel, amandelmeel en bakpoeder. Voeg toe aan het mengsel en roer tot een beslag.
3. Verwarm de oven voor op 170 °C.
4. Verdeel het beslag over de cakevormpjes en bak de cakejes in 15-20 minuten gaar in de oven. Prik met een cocktailprikker in de cakejes om te testen of ze gaar zijn. Blijft er geen beslag plakken aan de prikker, dan zijn ze gaar. Laat ze afkoelen.
5. Maak het fruit schoon en snijd in stukjes of plakjes.
6. Steek het fruit op de cocktailprikkers en steek de prikkers vervolgens in de cakejes.

Tip

Maak je de traktatie eerder?
Bewaar het in de koelkast.