

Amandel in kruidkoek – dubbelblinde provocatie

100 gram amandel = 21,7 gram eiwit (NEVO 2016/5.0); 1 amandel weegt ± 1,25 gram; 100 gram recept levert 2,21 gram allergeen eiwit

Recept

Verum	Placebo
41 gram donkerbruine basterdsuiker	49 gram donkerbruine basterdsuiker
8 gram koemelkvrige margarine (Bebo / AH culinair / Wajang)	9 gram koemelkvrige margarine (Bebo / AH culinair / Wajang)
57 gram patentbloem	67 gram patentbloem
20,3 gram gemalen ongezoeten amandel*	0,59 ml hazelnoot flavour QL 15921*
0,18 ml pinda flavour QL 35189**	0,20 ml pinda flavour QL 35189*
49 ml rijst drink (Lima rice drink original / Alpro rijstdrink original / Rice dream original)	49 ml rijst drink (Lima rice drink original / Alpro rijstdrink original / Rice dream original)
0,1 gram zout	0,13 gram zout
5,4 gram speculaaskruiden (Dutch Spices)	3,9 gram speculaaskruiden (Dutch Spices)
9,4 gram gedroogde kokos	10,9 gram gedroogde kokos
9,4 gram keukenstroop	10,9 gram keukenstroop
1,2 gram bakpoeder	1,4 gram bakpoeder
totaal 200,98 gram	totaal 202,02 gram

* Gemalen en ongezoeten amandel kan vervangen worden door 100% amandelmeel. O.a. te koop bij Albert Heijn en Holland&Barret, maar ook via internet bij o.a. eerdergenoemde, Pit&Pit en www.voedingswaar.nl

** Pindaflavour en hazelnootflavour zijn te bestellen via de webwinkel: www.allergiesupermarkt.nl

Bereiding

- Verwarm over op 160 graden Celcius.
- Bekleed een muffinvorm met papieren muffins.
- Weeg de ingrediënten af en vermeng de ingrediënten goed.
- Gebruik een spatel/bolle kant van een lepel om alle klontjes van droge ingrediënten goed te vermengen.
- Vul de vormpjes tot 1/2 cm onder de rand.
- Bak de muffins 20 minuten op 160 graden Celcius.
- Dek de muffins evt. af om Malliard reactie te voorkomen.
- De muffins zijn max. 4 dagen houdbaar, diepgevroren max. 6 maanden houdbaar op -18 graden Celcius.

Doseerschema

Voor kinderen tot 12 jaar is stap 8a een leeftijdsadequate portie. Vanaf 12 jaar wordt de hoeveelheid van stap 8b aangeboden.

Dosisstap	Gram kruidkoek	Milligram allergeen eiwit	Gram amandel	± Stuks amandel
1	0,05 g	1	0,005	1/300
2	0,14 g	3	0,01	1/100
3	0,45 g	10	0,05	1/30
4	1,36 g	30	0,14	1/10
5	4,52 g	100	0,46	1/3
6	13,56 g	300	1,38	1
7	45,19 g	1000	4,61	3,5
8a = t/m 12 jaar	90,37 g	2000	9,22	7
8b = vanaf 12 jaar	135,55 g	3000	13,82	11
Totaal a / b	155,64 / 200,82	3444 / 4444	15,88 / 20,48	12 / 16

©2018 werkgroep receptuur voedselprovocaties NVvA. Deze receptuur is dubbelblind gevalideerd. Deze receptuur is vrijgegeven voor niet commercieel gebruik conform de richtlijn voedselprovocatie (2015).