

## Citroen Kokos Macarons

Deze citroen-kokosmakronen zijn heerlijk, smelten in je mond! De smaakexplosie van de citroenschil is een verfrissende toevoeging die dit recept extra speciaal maakt. Je kunt dit recept ook proberen met limoenschil voor een andere twist. Deze macarons zijn perfect om te delen met familie of vrienden, om mee te nemen in lunchtrommel of als traktatie na het avondeten.

Kokosnoot is helpt enorm bij het verlagen van virale en bacteriële ladingen in lever en lymfestelsel, maar alleen als het in kleine hoeveelheden wordt gebruikt. Citroenen en limoenen verbeteren de productie van zoutzuur en de productie en potentie van gal. Bevatten micromineraalzouten die pathogenen zoals niet-productieve bacteriën, schimmels, gisten en zwammen afbreken om het immuunsysteem van uw lever te beschermen.

De rijke calciumgehalten in citroenen en limoenen binden zich aan de vitamine C die erin zit, en beide komen in de lever terecht, waar ze een stagnerende, trage, vette lever wakker maken, en helpen vetcellen los te maken en te verspreiden. Citroenen en limoenen ruimen het vervuild-bloed-syndroom op, verbeteren de glucose-absorptie en beschermen zelfs de pancreas. (vervuild-bloed-syndroom: <https://www.medicalmedium.com/liver-rescue-medical-medium/dirty-blood-syndrome> )

## Citroen Kokos Macarons, 12-15 stuks

### INGREDIËNTEN:

1 1/2 cups <a href="#">shredded coconut</a>	1 1/2 kopje geraspte kokosnoot ( <b>270 gram</b> ) <i>online aanduidingen van de</i>
1/4 cup <a href="#">almond flour</a>	1/4 kopje amandelmeel ( <b>15 gram</b> ) <i>Engelse maten aangegeven</i>
2 tbsp solid <a href="#">coconut oil</a>	2 eetlepels vaste kokosolie ( <b>26 gram</b> )
1/4 cup pure <a href="#">maple syrup</a>	1/4 kopje pure ahornsiroop ( <b>60 ml</b> )
1 1/2 tbsp fresh lemon juice	1 1/2 eetlepels vers citroensap ( <b>18 ml</b> )
Zest from 1 large lemon	Geraspte schil van 1 grote citroen
Pinch of <a href="#">sea salt</a>	Snufje zeezout
1 tsp <a href="#">alcohol-free vanilla extract</a>	<b>1/4 theelepel vanillepoeder</b> (of 1 theelepel alcoholvrije vanille extract)

### BEREIDING:

1. Verwarm de oven voor op 350F (**180°C**). Bekleed met een heel dun laagje kokosolie.
2. Doe alle ingrediënten in een keukenmachine en pulseer een paar keer tot het mengsel egaal is en de kokosraspen kleiner, maar nog wel zichtbaar zijn.
3. Schep (met een koekjesschep) stevig gevormde ballen van het kokosmengsel en leg ze op de bakplaat.
4. Bak 12-14 minuten in de oven, tot de onderkant goudbruin is. Haal uit de oven en laat volledig afkoelen op een rooster.