



Schauen Sie
auch gerne
unser Video
auf YouTube!



Apfel «Baked-Oats»



Dauer
ca. 20 Minuten



Schwierigkeit
einfach



Portionen
2

Zutaten

100 g	Haferflocken	1	Apfel
60 g	Apfelmark	1 TL	Backpulver
1 EL	weißes Mandelmus	½ TL	Zimt
120 g	Pflanzendrink	50 g	Dattelsucker

Beschreibung

Baked Oats ist ein Frühstücksgericht aus Haferflocken und weiteren Zutaten. Es wird im Ofen gebacken und kann warm oder kalt gegessen werden.

Zubereitung

Den Apfel zur Hälfte in Scheiben schneiden und die andere Hälfte reiben. Den geriebenen Apfel zusammen mit allen anderen Zutaten in eine kleine Backform geben und zu einem Teig vermischen. Die Apfelscheiben darauf verteilen. Bei 180 Grad Ober-/Unterhitze für ca. 15 Minuten im Ofen backen.