





Dietetyczne batoniki owsiane

przepisy.pl



 60 minut  Łatwe

Wskazówki pieczenia:

 55 minut  170 °C 

Składniki:

- płatki owsiane - 2.25 szklanki
- cukier trzcinowy - 0.6 szklanek
- rodzynki - 0.75 szklanek
- jabłko - 1 sztuka
- orzechy - 0.3 szklanek
- cynamon - 1 łyżeczka
- sól - 0.5 łyżeczek
- mleko - 3.3 szklanki
- jajko - 2 sztuki
- aromat waniliowy - 1 opakowanie

Sposób przygotowania:

1. Łączymy: płatki + cukier + rodzynki + posiekane orzechy + cynamon + sól.
2. W innej misce łączymy: jajka + mleko + aromat.
3. Łączymy wszystko razem i dokładnie mieszamy.
4. Wylać to na blaszkę i wyrównać (musi być cienkie).
5. Pokryć plasterkami jabłka.
6. Piec 55-60 minut w 170 C. (aż środek będzie upieczony).
7. Pokroić na kawałki. Nie są chrupiące jak tego typu batoniki ze sklepu, są bardziej ciągnące się.
8. Pyszne po wstawieniu do mikrofalówki na kilkanaście sekund + zimny jogurt = mniam ;)

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl