



# Закуска на фурна с овес, ядки и горски плодове

⌚ 35—45 Минути 

## Подготовка

### Съставки за 3 Порции

♦ = Kotányi Produkte

300 g	Овесени ядки
100 g	Бадеми
60 g	Пекан
50 g	Червени боровинки, сушени
500 ml	Овесено мляко
2 бр.	Яйца
1 ½ ч.л.	Бакпулвер
4 ч.л.	Кокосово масло
100 ml	Кленов сироп
1 ч.л.	♦ Канела на прах
½ ч.л.	♦ Джинджифил, млян
½ ч.л.	♦ Индийско орехче, мляно
	♦ Морска сол
250 g	Пресни горски плодове
	Кисело мляко

- 1 Накълцайте бадемите на малки парченца и разбъркайте с овесените ядки, бакпулвер, щипка сол, канела, джинджифил и индийско орехче.
- 2 Измийте горските плодове и подсушете. Загрейте фурната на 180°C предварително с вентилатор. Намазнете тавичка с малко кокосово масло.
- 3 В купа разбийте яйцата с млякото и кленовия сироп.
- 4 Разбъркайте червените боровинки и кокосовото масло (течно) със сместа с овесените ядки и тази с яйцата.
- 5 Изсипете в тавичката и наредете ядките пекан отгоре. Опечете във фурната за 15-30 минути – докато повърхността придобие златист оттенък.
- 6 Наредете пресните плодове отгоре и поръсете с пудра захар по желание. Насладете се на закуската с кисело мляко!

