

Kruszonka owsiana z orzechami pekan i wanilią

30—40 Min

Składniki - Ilość osób: 5

= Kotányi Produkte

Na kruszonkę

300 g	Płatki owsiane
2 łyżki	Siemię lniane, kruszone
40 g	Siemię lniane
4 łyżki	Nasiona chia
1	Garść grubo siekanych orzechów pekan
4 szt.	Starta marchew średniej wielkości
2 łyżki	Olej kokosowy
50 ml	Syrop klonowy
900 ml	Mleko migdałowe
1 łyżka	Cynamon mielony
1 łyżeczka	Cukier z prawdziwą Wanilią Bourbon
1 szczypta	Imbir mielony
1 łyżeczka	Kardamon mielony
1 szczypta	Cynamon mielony
1 szczypta	Sól Morska gruboziarnista jodowana

Do dekoracji

1	Garść grubo siekanych orzechów pekan
4 łyżki	Syrop klonowy
1 szczypta	Sól Morska gruboziarnista jodowana

Przygotowanie

1. Rozgrzej piekarnik do temperatury 190°C.
2. Przygotowanie suszonych owoców pod kruszonką (crumble): wymieszaj wszystkie składniki w misce i rozłóż je w średniej wielkości naczyniu do pieczenia. Piecz kruszonkę owsianą przez 30 minut w temperaturze 190°C przy użyciu standardowego ustawienia piekarnika. Pozostaw do ostygnięcia i pokrój na prostokątne kawałki.
3. Posypka: wymieszaj w misce wszystkie składniki, oprócz soli morskiej, umieść je na blasze do pieczenia wyłożonej papierem do pieczenia i posyp solą morską. Piecz przez 15 minut w temperaturze 190°C przy użyciu standardowego ustawienia piekarnika i pozostaw do ostygnięcia.
4. Na koniec udekoruj kruszonkę przygotowaną posypką z orzechów, podawaj z jogurtem i ciesz się smakiem.

