

Ovsený crumble s pekanovými orechmi a vanilkou

30—40 Min

Príprava

1. Predhrejte rúru na 190 °C (356 °F).
2. Príprava crumble: Zmiešajte všetky ingrediencie v miske a rozložte na stredne veľkom plechu na pečenie. Pečte crumble 30 minút pri teplote 190 °C (374 °F) s použitím konvenčného nastavenia rúry. Nechajte vychladnúť a nakrájajte na obdĺžnikové kúsky.
3. Posýpka: Zmiešajte všetky prísady okrem morskej soli v miske, vysypte na plech vystlaný papierom na pečenie a posypte morskou soľou. Pečte 15 minút pri teplote 190 °C (374 °F) s použitím konvenčného nastavenia rúry a nechajte vychladnúť.
4. Nakoniec pridajte posýpku na crumble, naservírujte s jogurtom a podávajte.

Ingrediencie 5 Porcie

= Kotányi Produkte

Na crumble

300 g	Ovsené vločky
2 PL	Ľanové semienka, drvené
40 g	Ľanové semienka
4 PL	Chia semienka
1	Za hrsť pekanových orechov, nasekaných nahrubo
4	Stredne veľká mrkva, strúhaná
2 PL	Kokosový olej
50 ml	Javorový sirup
900 ml	Mandľové mlieko
1 PL	Škorica mletá
1 ČL	Vanilkový cukor Bourbon
0.5 ČL	Kardamóm mletý
1 štipka	Morská soľ jedlá jódovaná

Na dekoráciu

1	Za hrsť pekanových orechov, nasekaných nahrubo
4 PL	Javorový sirup
1 štipka	Morská soľ jedlá jódovaná