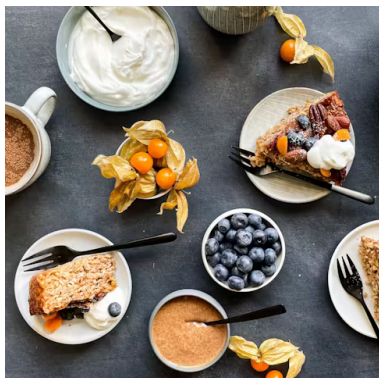




Ingrediente 3 Porții

♦ = Kotányi Produkte

300 g	Fulgi de ovăz
100 g	Migdale
60 g	Nuci Pecan
50 g	Afine uscate
500 ml	Lapte de ovăz
2	Ouă
2 lingurițe	Bicarbonat de sodiu
	♦ Sare de mare iodată
	♦ Scorțișoară măcinată
	♦ Ghimbir măcinat
	♦ Cardamom măcinat
4 lingurițe	Ulei de cocos
100 ml	Sirop de mure
250 g	Fructe de pădure
	Iaurt simplu

Tartă din fulgi de ovăz cu nuci și fructe de pădure

⌚ 35—45 Min. 

Pregătire

- 1 În prima etapă, migdalele sunt tocate grosier și apoi amestecate bine într-un castron cu fulgi de ovăz, praf de copt, un vârf de sare, scorțișoară, cardamom, pudră de ghimbir și cuișoare măcinate.
- 2 Se spală fructele. Se încălzește cuptorul la 180°. Se tapetează vasul de copt cu puțin ulei de nucă de cocos.
- 3 Într-un alt castron, se amestecă ouăle cu laptele de ovăz și siropul de arțar cu un tel, până se înmoaie.
- 4 Se adaugă uleiul de nucă de cocos la amestecul de ouă-lapte, afinele uscate și mixul de fulgi de ovăz și se amestecă totul bine.
- 5 Se toarnă totul în vasul de caserolă și se distribuie uniform.
- 6 Deasupra se așează nucile pecan, precum și câteva fructe de pădure.
- 7 Se dă la cuptor timp de aproximativ 15 până la 30 de minute. Suprafața trebuie să fie maro auriu, iar amestecul trebuie să fie compact, dar și puțin pufos în interior.
- 8 Tarta poate fi savurată caldă sau rece cu un pahar de iaurt natural și acoperită cu fructele rămase.

