



Baked Oatmeal

Gebackenes Beeren Haferflocken- Gebäck

Es handelt sich hierbei um eine sehr trendige, gesunde Haferflockenkomponente für das moderne Frühstücksbüffet oder -angebot.

Für 4-8 Portionen

Zutaten

500 ml Milch oder gerne auch Hafermilch

3 Eier

130ml Ahornsirup (alternativer Süßstoff)

60g zerlassene Butter

70g Apfelmus* oder Banane mit der Gabel zerdrückt

280 g Haferflocken (nicht Schmelzflocken)

1 TL Backpulver

1 TL Zimt

Vanillezucker oder Vanillemark, Salz

100 o. 150 g Beeren, frisch oder gefroren (nicht aufgetaut)

Tipp: Vorzüglich passen auch 80 g grob gehackte Hasel-, Wal- oder Pekannüsse

Staubzucker

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen.
2. Eine Backform (ideal aus backfestem Glas) ausbuttern oder mit Antihafspray besprühen.
3. Alle Zutaten ohne Haferflocken und ohne Beeren zusammen in einer Schüssel verrühren.
4. Die Haferflocken begeben und einarbeiten.
5. Die tiefgekühlten Beeren einheben und die Masse in die Backform füllen.
6. Im Backofen oder Umluftofen bei 180 Grad backen. Backzeit 35 Minuten (Nach dieser Zeit weist die Mitte der Masse, eine bestimmte Festigkeit auf.
7. Vor dem Servieren einige Minuten abkühlen lassen.
8. Warm servieren oder mit einem eingelegten Löffel am Büffet einstellen.

Alternative, um den Arbeitsprozess zu optimieren:

Aus dem Ofen nehmen, auskühlen lassen und mit Klarsichtfolie abdecken.

1. Die Backmasse hält sich bis zu 8 Tagen im Kühlschrank.
2. Kurzfristig in der Mikrowelle temperieren.

Angebotstipp:

Und mit einem Tupfer cremigen Naturjoghurt o. Apfelmus und frischer Minze anbieten.

Tipp

* Apfelmus. VOG-Products führt im Angebot ein vorzügliches Apfelmus ohne Zuckerzusatz.