



Erdnussbutter Beeren Baked Oatmeal

Erdnussbutter Beeren Baked Oatmeal

180 g Rinatura Haferflocken Bio

240 ml pflanzliche Milch

125 g Nick Peanutbutter crunchy

60 g Nick Maple Syrup

1 Teelöffel Vanilleextrakt

0.5 Teelöffel Zimt

0.5 Teelöffel Rinatura Weinsteinbackpulver Bio

0.5 Teelöffel Salz

150 g gemischte Beeren (frisch oder gefroren)

20 g gehackte Nüsse

2 Esslöffel Lien Ying Kokosöl kaltgepresst Bio

Erdnussbutter Beeren Baked Oatmeal

1.

Ofen auf 180°C (Umluft: 160°C) vorheizen. Eine

Auflaufform (ca. 20x20 cm) mit etwas Kokosöl einfetten.

Gesamtzeit: 45 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2 Personen

In einer großen Schüssel Haferflocken, Backpulver, Zimt und Salz vermengen. Dann die Milch, Erdnussbutter, Ahornsirup und Vanilleextrakt gut unterrühren. Am besten die Erdnussbutter kurz in der Mikrowelle erwärmen, um sie leichter verarbeiten zu können. Die Beeren vorsichtig unter die Mischung rühren. Die Mischung in die vorbereitete Auflaufform gießen und gleichmäßig verteilen. Optional können noch einige zusätzliche Beeren oder Nüsse obenauf verteilt werden.

Für etwa 30 min. backen, bis es fest ist und die Oberseite goldbraun aussieht. Baked Oatmeal für ein paar Minuten abkühlen lassen, bevor es serviert wird.