

Crumble s ovocím

Počet porcií: 6

Čas prípravy: 30 minut

Bez lepku

Postup prípravy

Na dno zapekacej misy nakrájame na kocky všetko ovocie. Množstvo závisí od veľkosti zapekacej misy, ale v zásade treba pokryť rovnomerne celé dno a navrstviť ovocie asi na výšku 2 cm. Ovocie posypeme mletou škoricou.

Na posýpku zmiešame v miske najprv suché prísady (100 g hladkej ryžovej múky, 100 g mletých mandlí, 1 PL pohánkovej múky, na špičku lyžičky mletého zázvoru, štipka soli, 100 g trstinového cukru, potom rukou rozrobíme zo suchých prísad a z rastlinného tuku (napríklad kokosového), ktorý sme nakrájali na kocky, mrveničku. Kludne ponecháme v mrveničke väčšie kúsky. Ak chceme docieľiť chrumkavý a skaramelizovaný povrch, môžeme celú mrveničku ešte posypať trstinovým cukrom.

Posýpkou zasypeme ovocie a pečieme v rozohriatej rúre na 180 stupňoch asi pol hodinu.

Ingrediencie

- **Ryžová múka 200 g** - 100 g
- **Jahody** - 100 g
- **Hrušky zelené** - 20 g
- **Maliny čerstvé** - 25 g
- **Jablká červená** - 50 g
- **Cukor kryštál** - 10 g
- **Maslo** - 100 g
- **Škorica mletá** - 10 g
- **Pohánková múka hladká 500 g** - 12 g
- **Mandle jadrá** - 100 g
- **Jedlá soľ** - 0.5 g
- **Zázvor mletý** - 0.5 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

