

zapiekanka z kaszy jaglanej z owocami



Autor: **justa_kitchen**
Przepisów: **238** Ocena: **2700**



1-2 os.



> 60 min



łatwe



tanie



Składniki:

- 100 ml kaszy jaglanej
- 1 jajo
- 200 ml mleka
- 1 łyżka masła
- 3 łyżki stewii
- 6 śliwek
- cynamon
- imbir
- kardamon
- gałka muszkatołowa
- figa
- 2 łyżki maku
- 2 łyżki golden syrup
- 2 łyżki jogurtu naturalnego
- sól

Sposób przygotowania:

- 1 Piekarnik rozgrzewam do 175 stopni Celsjusza.

Kaszę przelewam zimną wodą przez chwilę. Dzielę na dwie części i przesypuję do foremek do pieczenia /nie wykładalam ich papierem i nie natłuszczała, bo zapomniałam. na szczęście nic nie przywarło/. Jajko rozkłócę z mlekiem, przyprawiam, słodzę i zalewam kaszę. Dodaję roztopione masło. Mieszam tak długo, aż cukier się rozpuści. Zalewam kaszę.

- 2 Śliwki kroję na mniejsze kawałki i układam na kaszy. Posypuję dodatkowo cynamonem. Foremki układam w piekarniku i zapiekam przez około godzinę.
- 3 Upieczoną kaszo-śliwkę wykładam na talerze. Kaktusowi polewam syropem /jest słodkożercą/, a sobie jogurtem /ja trochę mniej/. Na suchej patelni praże mak i rozsypuję. Na wierzch układam po połowie świeżej figi.

Twoje notatki do przepisu: