




Pieczone śliwki pod kruszonką owsiano-kokosową

 Agnieszka Nitsu AktywneZywienie

Polecane na: [desery](#), [jednogarnkowe](#), [lunchbox](#), [pieczywo](#), [śniadanie](#)

Warto wiedzieć:

 30 min

 łatwy

 2 porcje

Składniki:

świeże śliwki - 250 g

mąka owsiana - 0,5 szklanka

wiórki kokosowe - 0,5 szklanka

olej kokosowy rozpuszczony - 40 g

płatki owsiane - 1/3 szklanka

miód - 1 łyżeczka

mąka ziemniaczana - 1 łyżeczka

ksylitol / erytrol - 2-3 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Naczynie żaroodporne natłuszczamy, a śliwki kroimy na pół, pozbywamy pestek i układamy na dnie naczynia. Składniki na kruszonkę zagniatamy i nakładamy na śliwki. Piekarnik rozgrzewamy do 180 stopni C. Pieczemy około 30 minut, aż kruszonka będzie rumiana.