Jabłka pod kruszonką z białkowym jogurtem

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: **desery, śniadanie**

Warto wiedzieć:

25 min

3 porcje

Składniki:

- jabłka - 550 g
- cynamon - 1 łyżeczka
- cytryna - 1/2 szt.
- miód - 2 łyżka
- płatki owsiane - 40 g
- mąka pszenna pełnoziarnista - 75 g
- banan - 1 szt.
- masło orzechowe - 2 łyżka
- jogurt naturalny - 400 g
- białko wegańskie z wanilią - 20 g

Dodatkowe info:

Deser, który może stanowić również słodkie śniadanie.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Jogurt zblenduj na gładko z wegańskim białkiem, a następnie wyłóż do miseczek.

KROK 2: Jabłka dokładnie umyj, osusz, a następnie pokrój w kostkę i wymieszaj z sokiem z połowy cytryny, cynamonem i miodem - wyłóż do naczynia do zapiekania.

KROK 3: Płatki owsiane wymieszaj z mąką, zblendowanym bananem oraz masłem orzechowym - wyłóż na jabłka.

KROK 4: Następnie jabłka z kruszonką zapiecz w piekarniku (180 stopni, 25 minut).

KROK 5: Gotowe jabłka z kruszonką wyłóż na wcześniej przygotowany jogurt. Całość opcjonalnie możesz udekorować bazylią oraz dodatkową porcją masła orzechowego.