





Jabłka pod orzechową kruszonką

 Barbara Strużyna

Polecane na: [desery](#), [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 30 min

 4 porcje

Składniki:

Kruszonka: -
mąka migdałowa - 80 g
płatki owsiane bezglutenowe - 70 g
masło - 50 g
cukier lub inny słodzik (kokosowy, miód) - 1,5 łyżka
sól - - szczypta
orzechy macadamia - 1 garść

Wsad jabłkowy: -
jabłka - 4 sztuki - po pokrojeniu ok.
- 1/2 kg
cynamon sproszkowany - 1 łyżka
syrop z agawy lub klonowy lub miód - 2 łyżka
sok z cytryny z - 1/2 szt.
Do posypania: -
orzechy macadamia - - garść

Sposób przygotowania:

KROK 1: Włączamy piekarnik góra-dół 180 stopni.

Składniki kruszonki oprócz płatków i macadamia wrzucamy do miksera i chwilę miksujemy (nie musi być bardzo gładka), dorzucamy płatki owsiane i garść orzechów i bardzo krótko miksujemy. Jedynie, aby się połączyły lekko składniki. Wkładamy wszystko do woreczka i do zamrażalnika.

KROK 2: Jabłka przecinamy na ćwiartki, usuwamy gniazdo nasienne i kroimy w drobną kostkę. Nie obieramy ze skórki. Przekładamy do miseczki i zasypujemy cynamonem i syropem z agawy i mieszamy. Na spód naczynia żaroodpornego wlewamy 3 łyżki wody, przekładamy jabłka, wkładamy do piekarnika i pieczemy ok. 10 minut.

KROK 3: Z zamrażalnika wyciągamy schłodzoną masę i kruszymy w palcach (lub jeśli zamarzła siekamy nożem) na deskę. Otwieramy piekarnik mieszamy łyżką jabłka i na nie wysypujemy kruszonkę. Uwaga naczynie jest bardzo gorące. Pieczemy kolejne 15 minut.

KROK 4: Posypujemy całymi lub rozkruszonymi orzechami macadamia.

Smacznego!