Owsiana krajanka z ananasem

foodmania

Polecane na: **ciasta, desery**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 15 porcji

Składniki:

- kasza owsiana - 150 g
- płatki owsiane - 6 łyżka
- banan - 2 szt.
- len mielony - 3 łyżka
- mleko - 2 szklanka
- stevia - 2 łyżeczka
- ananas - kilka plaster

Dodatkowe info:

Owsiana krajanka to świetne ciasto, które może zastąpić śniadaniową owsiankę! :)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę owsianą ugotować w mleku z dodatkiem stevi i odstawić do wystygnięcia.

KROK 2: Płatki owsiane zmielić na mąkę.

KROK 3: Banany zblendować.

KROK 4: Len zalać 8 łyżkami wrzącej wody, wymieszać i odstawić na kilka minut.

KROK 5: Wszystkie składniki dokładnie ze sobą wymieszać, a następnie przełożyć do formy, a na wierzch wyłożyć kawałki ananasa.

KROK 6: Całość piec około 30 minut w 190 stopniach.