



Pieczone jabłka z farszem kokosowym


 Nikita

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

Kuchnia (region): [arabska](#)

Warto wiedzieć:

 35 min

 6 porcji

Składniki:

jabłka kwaśne np. szara reneta, antonówka - 3 szt.

mąka kokosowa - 2-3 łyżka

ksylitol - - do smaku

śmietanka (woda lub mleko kokosowe) - 3-4 łyżka

maliny - - garść

tymianek świeży (u mnie różany) - - szczypta

Sposób przygotowania:

KROK 1: Jabłka przekroić na pół, wydrążyć gniazda nasienne. W miseczce wymieszać mąkę kokosową z płynem (śmietanka, woda, mleko) na dość gęstą papkę (ilość płynu zależy od chłonności mąki). Pastę dosłodzić do smaku ksylitolem i wymieszać delikatnie z malinami (świeżymi lub mrożonymi). Farszem napełnić jabłka. Posypać kilkoma listkami tymianku. Wstawić do nagrzanego piekarnika do 180 stopni (górną-dół). Czas pieczenia zależy od wielkości i twardości jabłek, należy je kontrolować po 20 minutach aby się nie rozpadły. Podawać na ciepło jako deser.