



Bouchées à l'avoine

Ces bouchées vous apporteront l'énergie qu'il vous faut pour toute la journée !

Préparation

1. Préchauffez le four à 180 °C.
2. Mélangez Alpro soya Cuire et Rôtir Liquide avec la compote de pomme jusqu'à obtenir une pâte fluide. Ajoutez la Boisson Alpro à base d'Avoine, le miel et la cannelle et assurez-vous que la texture soit homogène. Ajoutez l'avoine et mélangez bien. Ajoutez délicatement les framboises.
3. Versez ensuite la pâte dans un plat d'environ 15 cm graissé au préalable et faites cuire au centre du four pendant 15-20 minutes jusqu'à ce qu'elle prenne une couleur dorée.
4. Laissez refroidir à température ambiante et coupez en parts égales. Il ne vous reste plus qu'à déguster !



10 pièces



25min



Ingrédients

- 125 g d'avoine
- 120 g de compote de pomme
- 150 g de framboises surgelées
- 80 ml de la Boisson Alpro à base d'Avoine
- 1 cuillère à soupe Alpro soya Cuire et Rôtir Liquide
- 1 cuillère à soupe 1/2 de miel
- 1 cuillère à soupe de cannelle

À base de

Original



Cuire et Rôtir Liquide

