



Diëtistenpraktijk
De Snekens

Wendie Pluymers
Kinderdiëtiste - Sportdiëtiste



BAKED OATS BREAKFAST SNICKERS



Ingrediënten (voor 1 persoon):

- 50 g havermout
- 1 ei
- 1 theelepel bakpoeder
- 1 koffielepel 100% cacao poeder
- een snuifje zout
- oliespray (om de bakvorm in te vetten)
- 125 g Skyr natuur
- 1 koffielepel pindakaas
- 2 el Rabeko Zero Calorie Salted Caramel saus
- 25 g gezouten pindanoten



Diëtistenpraktijk
De Snekens

Wendie Pluymers
Kinderdiëtiste - Sportdiëtiste



Bereidingswijze:

- Meng de havermout met het ei, de theelepel bakpoeder, het cacao poeder, het snuifje zout, de skyr, de pindakaas en 1 eetlepel Salted Caramelsaus samen in een blender en mix het geheel.
- Vet een bakvormpje of mok in met de oliespray en giet het deeg hierin.
- Bak dit geheel gedurende 25 minuten in een voorverwarmde oven op 180°C.
- Werk af met pindanoten en Salted Caramelsaus en laat het smaken!