

Zapiekanka z kaszą jaglaną, jabłkami i cynamonem



Autor: **rosse**

Przepisów: **234** Ocena: **5920**



3-4 os.



60 min



łatwe



tanie



Składniki:

- kasza jaglana, 1 szklanka
- masło, 1 łyżeczka plus odrobina do posmarowania naczynia żaroodpornego
- miód, 2 łyżki
- jabłko, 1 duże
- słodka śmietana kremówka, 1/2 szklanki
- cynamon mielony
- cukier trzcinowy
- sól (najlepiej morską), 1 szczypta
- wiórki kokosowe, 1 łyżka
- woda, 2 szklanki

Sposób przygotowania:

- 1 Kaszę jaglaną przelać wrzątkiem, aby pozbyć się gorzkiego smaku. Następnie zalać dwiema szklankami zimnej wody, dodać sól i łyżeczkę masła, nie mieszać. Gotować na małym ogniu przez 20 minut.



- 2 Do ugotowanej kaszy dodać miód oraz cynamon i wymieszać. Naczynie wysmarować masłem, nałożyć ugotowaną kaszę.

- 3 Kaszę połączyć połową podanej ilości śmietanki. Jabłko umyć i pokroić w plasterki.
- 4 Następnie jabłka ułożyć na kaszy, posypać cukrem i cynamonem, zalać resztą śmietanki i posypać wiórkami kokosowymi.
- 5 Tak przygotowaną zapiekankę wstawić do piekarnika i zapiekać w temperaturze 180 stopni przez około 30-40 minut.

Twoje notatki do przepisu: