ДЕСЕРТ

Бисквити със сладък картоф и овес

Меки бисквитки със сладък картоф и овесени ядки, с естествена сладост и фибри. Лесни за хващане - подходящ десерт за деца над 1 година.

Подготовка: 15 мин **Готвене:** 60 мин **Общо:** 75 мин **Порции:** 8
Възраст: Над 1 година **Трудност:** Лесно

Съдържа алергени: Млечни продукти, Яйца, Глутен

Съставки

- 1 малък сладък картоф (около 150 гр., изпечен и намачкан)
- 1 яйце
- 1/2 ч.ч. фини овесени ядки (може и смлени на брашно)
- 1 с.л. кокосово масло (или зехтин)
- 1/2 ч.л. канела (по желание)
- Щипка ванилия (по желание)

Начин на приготвяне

1. Подготовка на картофа: Изпечете сладкия картоф на 200°C около 40-45 минути (или го сварете на пара около 20 минути), докато омекне напълно. Обелете и намачкайте с вилица до гладко пюре.
2. Смесване на съставките: В купа добавете към пюрето яйцето, овесените ядки, кокосовото масло, канелата и ванилията. Разбъркайте до получаване на гъста, лепкава смес.
3. Оформяне: С намазнени ръце оформете малки бисквитки. Може да са кръгли, леко сплескани или с формички. Подредете върху тава с хартия за печене.
4. Печене: Печете в предварително загрята фурна на 180°C за около 15-18 минути, докато леко се зачервят отдолу. Оставете да изстинат.
5. Сервиране: Поднесете като снакс между храненията, с чаша мляко или плодово пюре.
6. По желание: Можете да добавите настъргана ябълка или круша за още естествена сладост.

Съхранение

- Съхранявайте бисквитките със сладък картоф и овес в затворена кутия в хладилник до 3 дни. Преди поднасяне от хладилник оставете 10-15 минути при стайна температура.
- За бързо размягчаване, ако станат твърди, леко ги затоплете в микровълнова печка за 15-20 секунди или поставете на сух тиган.

Замразяване

- Замразете бисквитките до 2 седмици в плътно затворена кутия, разделени с хартия за печене. Размразете при стайна температура 30-60 минути преди сервиране.

Съвети

- Тези бисквитки са лесна алтернатива на готовите детски десерти - меки и ароматни. Малките ги обожават заради нежната сладост на картофа.
