ДЕСЕРТ

Овесени бисквитки с банан (без захар)



Меки овесени бисквитки само от намачкан банан, овесени ядки и шепа сушени плодове - без захар и брашно. Засищаща хапка с фибри за малки ръчички.

Подготовка: 10 мин **Готвене:** 15 мин **Общо:** 25 мин **Порции:** 4
Възраст: Над 1 година **Трудност:** Лесно

Съдържа алергени: Млечни продукти, Глутен

Съставки

- 1 узрял банан
- 1/2 ч.ч. фини овесени ядки
- 1 с.л. кокосово масло (или меко краве масло)
- 1 ч.л. ситно нарязани стафиди или сушена кайсия

Начин на приготвяне

1. Смесване: Намачкайте банана с вилица. Добавете овесените ядки, маслото и сушените плодове. Разбъркайте добре до получаване на лепкава смес.
2. Оформяне: С помощта на лъжичка оформете малки сладки и ги подредете върху тава, покрита с хартия за печене.
3. Печене: Печете в предварително загрята фурна на 180°C за около 12-15 минути, до леко златисто.
4. Сервиране: Поднесете охладени. Подходящи са за следобедна закуска или като снакс за навън.
5. По желание: При желание за повече сладост и мекота заменете сушените плодове със ситно нарязани фурми или пасирани сини сливи.

Съхранение

- Съхранявайте сладките в затворена кутия до 2-3 дни. Подходящи са за приготвяне от предната вечер.
- Поставете парче хляб на дъното на кутията, за да останат мекички.

Замразяване

- Замразете останалите бисквитки в торба с цип, като изкарате въздуха. Издържат до 1 месец във фризер.
- Размразете на стайна температура около 30 минути преди сервиране или ги затоплете за 5 минути в леко загрята фурна.

Съвети

- Нежни, ароматни и пълни с естествена сладост, тези бисквитки превръщат закуската в удоволствие и за детето, и за вас. Те са още една стъпка към балансирано и спокойно хранене.