

Fitness bábovka s ovesnými vločkami

Ingredience na 20 porcí

- 3 hrnečky ovesných vloček
- 3 vejce
- 3 polévkové lžíce medu
- 2 oloupaná jablka – rozmixovat do jablečného pyré
- 220 g bílého jogurtu
- 3 polévkové lžíce olivového oleje
- 1 lžička jedlé sody
- 1 lžička mleté skořice
- Podle potřeby hrozinky, brusinky, mandle...

Postup přípravy:

- 1) dáme předehřát troubu na 150 °C
- 2) rozmixujeme ovesné vločky na mouku
- 3) namixované vločky smícháme v míse s ostatními ingrediencemi
- 4) bábovkovou formu vymažeme máslem
- 5) formu vložíme do předehřáté formy a pečeme 50-55 minut
- 6) před vyklopením z formy necháme 5 minut vychladnout a poté můžeme potřít marmeládou

