



SMULDREPAI MED BLÅBÆR OG EPLE

7B, STEINERSKOLEN PÅ NESODDEN

INGREDIENSER:

Beregnet til 8 porsjoner

1 ts	salt
3 sps	økologisk honning
2 dl	økologisk fløte
300 g	økologisk blåbær
150 g	økologisk havregryn
200 g	økologisk mykt smør
1 sps	økologisk kanel
1 sps	økologisk sukker

SLIK GJØR DU:

- 1 Sett på ovnen på 190 grader. Fjern kjernehus fra eplene, skjær eplene i ganske tynne båter. Legg dem i en bolle og vend inn sukker og kanel, bland godt.
- 2 Legg eplene i en smurt ildfast form, sammen med halvparten av blåbærene.
- 3 Bland salt og mel og smuldre sammen med smøret. Spre det over eplene.
- 4 Sett midt i ovnen og stek til eplene er blitt kokt (ca 30-40 min). Miks resten av blåbærene og fløten med en stavmikser og server som saus til paien. Pynt med spiselige blomster!