

كراهمل التوت والخوخ بالشوفان

الشخص : 4

الوقت الكلي: 45 min

وقت التحضير: 15 min

وقت الطبخ: 30 min
المكونات:

كراهمل توبينج:

- 3/1 كوب طحين الشوفان
- 4/1 كوب سكر جوز الهند أو سكر بني
- 4/1 ملعقة صغيرة من القرفة
- 8/1 ملعقة صغيرة من الملح
- 3 ملاعق كبيرة من زيت جوز الهند
- 2 ملعقة كبيرة من شراب القيقب
- 3/1 كوب رقائق الشوفان
- 3/1 كوب بيبكان نبي , مقطع

حشو الفاكهة:

- 400 جرام (1 1/2 كوب) من الخوخ منزوع النواة طازج أو مثليج , مقشر ومقطع شرائح
- 2 ملعقة كبيرة من شراب القيقب
- 2 ملعقة صغيرة من عصير الليمون الطازج
- 2/1 ملعقة صغيرة من مستخلص الفانيليا
- 8/1 ملعقة صغيرة من الملح
- 1 ملعقة كبيرة من نشا الذرة أو الذروروت
- 1 كوب توت طازج أو مثليج

الخطوات:

- لعمل التوبينج, نضع طحين الشوفان, السكر, القرفة, والملح في محضر طعام ونخفق عدة مرات حتى تختلط المكونات. ثم نضيف زيت جوز الهند وشراب القيقب ونخفق مجدداً عدة مرات فقط حتي يصبح المزيج رطب. نقوم بإضافة الشوفان والبيكان ونخفق بضع مرات لثمتريج كل المكونات معاً. سيصبح لدينا مزيج متفتت وبه كتل كبيرة. ننقله الي وعاء ونغطيه ونضعه في الثلاجة.
- نسخن الفرن مسبقا علي درجة حرارة 380ف أو 190س. ونجهز بايركس حجمها متوسط أو طبق خبز سيراميك بالقليل من زيت جوز الهند. ثم نتركه جانباً.
- لعمل الحشو, نضع الخوخ, شراب القيقب, عصير الليمون, والفانيليا في وعاء متوسط الحجم ونخلط معاً. ثم نضيف الملح والنشا ونقلب جيداً. ننقل المزيج إلى طبق الخبز, ثم ننشر التوت فوق المزيج. وأخيراً نضع الكراهمل توبينج فوق المزيج مع الحرص على إبقاء القليل من الكتل فيه.
- تخبز من 25 الي 35 دقيقة حتي يتحول التوبينج إلى اللون الذهبي وتبدأ الفاكهة في صنع الفقاعات. نتركها تبرد قليلا قبل تقديمها. كلها بردت أكثر كلها أصبح السائل أكثر. ونقوم بحفظ أي بواقي في الثلاجة ونستهج بتناولها على الفطور في اليوم المقبل.