

## كراهيل التوت والخوخ بالشوفان

النشأص : 4

الوقت الكلي: 45 min

وقت التحضير: 15 min

وقت الطبخ: 30 min  
الهكونات:

كراهيل 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 بيكان نبي , مقطوع

حشو الفاكهة:

- 400 جرام (1 1/2 كوب) من الخوخ منزوع النواة طازج أو مهلج, 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 مهلج

الخطوات:

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