

VÁNOČNÍ FLAPJACK



PORCE
8



CELKOVÝ ČAS
1h 35 min



OBTÍŽNOST
Velmi jednoduchý



KALORIE NA PORCI
113 kcal

INGREDIENCE

60g rozinek

1 hrnek ovesných vloček

3 velké lžice oříškového
másla

2 lžice medu

POSTUP

Smíchejte všechny ingredience, dokud nevznikne lepivá hmota, a přendejte ji na pečicí papír. Směs přikryjte dalším papírem a stlačte na požadovanou tloušťku flapjacků. Dejte zamrazit na hodinu a půl. Po zmrazení vyndejte a pokrájejte na mini flapjacksy.